f.50.3.19

Ex Bibliotheca
majori Coll. Rom.
Societ. Jesu

72 72
2 a.
40 17

72.2.40

8.50.D.19

DEL VIVER DELLI ROMANI, ET DI CONSERVAR LA SANITA'

Di M. ALESSANDRO PETRONIO da Ciuita Castellana

LIBRI CINQVE

Doue si tratta del Sito di Roma, dell'Aria, de' Venti, delle Stagioni, dell'Acque, de' Vini, delle Carni, de' Pesci, de' Frutti, delle Herbe, & di tutte l'altre cose pertinenti al gouerno de gli Huomini, & delle Donne d'ogni età, & conditione.

Opera vtile, & necessaria non solo a Roma, mà ancora ad ogn'altro Paese.

CON DVI LIBRI APPRESSO DELL'ISTESSO AVTORE, del mantenere il Ventre molle senza Medicine

Tradotti dalla lingua Latina nella Volgare, dall'Eccellente Medico M. BASILIO PARAVICINO, DA COMO.

Con molte postille in margine, & vna Tauola copiosissima delle cose notabili.

CON PRIVILEGIO DI N. S. CLEMENTE VIII.

IN ROMA, Appresso Domenico Basa. M. D. XCII.

CON LICENTIA DE' SVPERIORI.

DEL VIVER

DELLI ROMANI

ET DI CONSERVAR

SANITÀ.

CLEMENS PAPA VIII.

AD FVTVRAM REI MEMORIAM.

CVM *sicut accepimus, Dilectus Filius Basilius Paranicinus, Artium & Medecinæ Doctor, Vrbis nostræ Incola, ad communem omnium vtilitatem, & præcipue artium, & Medicinæ huiusmodi studiosorum, Opus Alexandri Petronij Physici de victu Romanorũ, de sanitate tuenda, & de aluo lenẽda sine medicamentis, Latinoſermone cõpilatum, è dicto sermone, eo quòd valde difficile erat, in Italicum Idioma traduxerit, illudq. imprimi, & typis excudi facere desideret; sed veretur, ne postmodum aliquis, seu aliqui alij ad eius imitationem, dictum opus sic traductum, etiam imprimi curent, in ipsius Basilij damnum, & præiudicium: Nos igitur eiusdem Basilij indemnitati, ac simul publicæ vtilitati, & commoditati in præmissis opportune consulere, ipsumq. Basilium specialibus fauoribus, & gratijs prosequi volentes, supplicationibus pro parte dicti Basilij nobis super hoc humiliter porrectis, inclinati, omnibus, & singulis vtriusque sexus Christi fidelibus, præsertim librorum Impressoribus, & Bibliopolis, quouis nomine nuncupatis, tam in dicta Vrbe, & illius districtu, quàm toto statu Ecclesiastico, nobis, & sancta Romana Ecclesiæ mediate, vel immediate subiectis, sub quingentorum ducatorum auri de Camera, pro vna Camera Apostolica, & pro alia dicto Basilio, pro alia accusatori, & pro reliqua, quartis illarum partibus Iudici exequenti, nec non amission. typorum, librorum, & operum, eidem Basilio, & suis irremissibiliter applican. pœnis, toties ipso facto incurren. quoties contrauentum fuerit; districtius inhibemus, atque interdicimus, ne per duodecim annos à primæua dicti Operis impressione computandos, Opus ipsum in toto, vel parte etiam ad instantiam cuiusuis alterius personæ cuiuscunque dignitatis, status, gradus, ordinis, nobilitatis, præeminentiæ, & condition. fuerit, quouis quæsito colore, vel ingenio imprimere, & typis dare, seu imprimi, & typis excudi facere, aut etiam alibi, vel ab alijs impressum, vel in lucem editum, vendere, aut venale, seu alias quomodolibet proponere, tenere, vel habere, seu exemplum inde sumere per se, vel alium, seu alios audeant, seu præsumant, nisi ad hoc ipsius Basilij, vel suorum prædictorum expressus accesserit assensus, de quo per cedulam eius, vel eorum manu propria subscriptam constare debeat, & nihilominus vniuersis, & singulis venerabilibus Fratribus Archiepiscopis, Episcopis, ac Dilectis Filijs eorum Vicarijs, & Officicialibus; necnon quibusuis alijs locorum ordinarijs, & reliquis in dignitate Ecclesiastica constitutis, etiam quacunque dignitate Apostolica fungen. harum serie, & in virtute sanctæ obedientiæ præcipien. mandamus, vt quoties pro parte dicti Basilij fuerint requisiti, vel eorum aliquis fuerit requisitus, eidem Basilio, & suis prædictis, in præmissis efficacis defensionis præsidio assistant, eaque obseruari mandẽt, & faciant, ac contra inobedientes, & rebelles per præfatas, & alias eis bene visas sententias, & pœnas procedant, & exequantur. Inuocato etiam ad hoc (si opus fuerit) auxilio brachij secularis. Non obstan. Apostolicis, ac in Vniuersalibus, Prouincialibusq. & Synodalibus concilijs editis, & edendis specialibus, vel generalibus constitutionibus, & ordinationibus, necnon etiam quibusuis iuramento, confirmatione Apostolica, vel quauis firmitate alia roboratis statutis, & consuetudinibus, priuilegijs quoque, indultis, & literis Apostolicis, etiam quibusuis superioribus, & personis in genere, vel in specie sub quibuscunque tenoribus, & formis, etiam Motu proprio, & consistorialiter, ac alias in contrarium quomodolibet concessis, approbatis, & innouatis: Quibus omnibus etiam si de illis specialis, & expressa mentio habenda esset, illis alias in suo robore permansuris, hac vice duntaxat specialiter, & expresse derogamus, cæterisq. contrarijs quibuscunque. Volumus autem, quòd præsentium transumptis, vel exemplis*

etiam in ipsis voluminibus impressis, plena, & eadem prorsus fides, vbique tam in iudicio, quam extra, habeatur, qua præsentibus originalibus haberetur, si forent exhibita, vel ostensa. Datum Romæ apud Sanctum Petrum sub Annulo Piscatoris die XXIIII. Maij. M. D. XCII. Pontificatus Nostri. Anno Primo.

M. Vestrius Barbianus.

IO. PETRVS PARAVICINVS

RECTOR ACADEMIAE PARTHENIAE.

Ad Alexandrum Petronium, & Basilium Parauicinum.

Vt tibi Basili decus est Petronius, vtque
Est tibi Alexander, Parauicinus, honor;
Sic iure; alterius nunc incipit alter honore
Viuere, tu scriptis huius, & ille tuis.

A L-

ALL'ILLVSTRISSIMO ET R.MO
SIGNOR MIO COLEND.MO
IL SIG. CARDINALE DI COMO.

Illustriss. & Reuerendiss. Signore;

SE *in luogo di tradurre dalla lingua Latina nella nostra queste opere di M. Alessandro da Ciuita, V. S. Illustriß. m' haueße comandato ch' io componeßi vn Libro in tal materia da me ßteßo, in verità ch' io hauerei ßentito aßai manco fatica in obedirla; perche mi ßarei affaticato intorno alla mia profeßßione, mettendo in ßcritto quello c' hò imparato con li mei lunghi ßtudij, & con l' vßo di quaranta anni, c' ho eßercitato la medicina, & nella Patria, & in Roma a ßeruitij di V. S. Illustrißima. La onde ßeguendo io l' vfficio di colui, che traduce, ne partendomi dall' eßempio, à guißa del pittore che fa il ritratto, m' è conuenuto rißtringer & la*

penna, & l'ingegno ne' termini del Libro, & alle volte durar tediosa fatica in penetrar' il senso de' suoi concetti, li quali in qualche passo sono tanto intricati, & difficili, che, non solo quelli, che non sono della professione, ma ne anco li Medici istessi li possono intendere, se non con accurato studio: il che nasce dall'hauer questo Scrittore sopramodo affettato lo stile breuissimo d'Hippocrate, di cui egli fu marauigliosamente studioso, & imitatore. Hora conoscendo V. S. Illustrissima, che l'eccellenza delle sudette opere, & il gran profitto, che possono portar al Mondo, era contrapesato dall'oscurità loro, giudicò prudentemente esser bene, che si rendessero facili con ridurle in questa nostra lingua volgare, acciò che più facilmente s'imparasse la vera regola del conseruar la sanità, insegnata nel presente volume da questo Autore, il qual, hauendo essercitato la medicina qui in Roma per lo spatio di sessanta anni con grandissimo studio, & osseruatione, hà benissimo potuto insegnarla ad altri, come hà fatto in questo Libro. Et in ciò V. S. Illustrissima ha imitato il sauio Salomone, il quale, oltra che trattò diffusamente di tutte le piante, & herbe medicinali, & de gli animali d'ogni sorte, (come si recita nel terzo Libro delli Rè al capitolo quarto) fu anco intagliato dapoi nel portico del Tempio di Dio edificato da lui in Gierusalemme, vn Libro de' rimedij, con li quali s' hauessero a curar tutti li mali che potessero trauagliar l'huomo, si come riferisce Suida Historico (secondo l'opinione d'alcuni) nella opera sua, doue parla di Ezechia Rè di Gierusalemme, volendo inferire, che le cose vtili alla sanità, deuono esser palesi in mo-

do,

do, che da tutti se ne possa facilmente cauar abondante frutto. Accioche dunque il Mondo goda, così vtile, & così dilettenole fatica, Ecco, che presento a V. S. Illustrissima queste opere tradotte, & stampate; nella lettione delle quali, se alcuni ne sentiranno commodo, vtilità, & piacere, (come spero) questi tali ne doueranno render le debite gratie, non a me, ma a V. S. Illustrissima, la qual è stata causa di tanto bene. Et io con tal fine pregole dal Signor' Iddio lunga, & felice vita in gratia sua. Di Roma, il dì 12. d'Agosto. M. D. LXXXXII.

Di V. S. Ill.ma & R.ma

Fidelis.mo Ser.re.

Basilio Parauicino.

TAVOLA DE' CAPITOLI DELLA PRESENTE OPERA,

LIBRO PRIMO.

Cap. 1. DEL sito della Città di Roma. à carte. 3
cap. 2. Dell'aria di Roma. 5
cap. 3. Delli venti, che sogliono regnar in Roma. 10
cap. 4. Dell'anno salubre. 14
cap. 5. Delle stagioni particolari dell'anno. 18

LIBRO SECONDO.

Cap. 1. DElle acque in generale. à carte. 35
cap. 2. Dell'acqua che pioue. 36
cap. 3. Della fontana di Treui, & della salonia. 38
cap. 4. Di quella fontana piccola, ch'è nella ripa del Teuere appresso Santo Spirito. 41
cap. 5. Dell'acqua del Teuere. 41
cap. 6. Delle acque medicinali. 46
cap. 7. Dell'acqua della Marmorata. 51
cap. 8. Dell'acqua acida appresso Santo Paolo, & dell'acqua di Anticoli. 54
cap. 9. Della natura delli vini in generale. 57
cap. 10. Del vino Romanesco. 66
cap. 11. Del vino fatto cō le tacchie, & del vino chiamato acquato. 70
cap. 12. Del vino raspato. 71
cap. 13. Del vino acquato. 74
cap. 14. Delli vini vicini a Roma. 74
cap. 15. Del vino, che porta poca acqua. 76
cap. 16. De gli altri vini vicini a Roma, che si chiamano crudi. 77
cap. 17. Delli vini propinqui a Roma, li quali se bene sono del medesimo luogo, alcuni sono crudi, alcuni cotti. 79
cap. 18. Delli vini forastieri, che sono molto distanti da Roma. 79

cap.

cap. 19. Del vino Greco. 80
cap. 20. De gli altri vini foraſtieri in generale. 84
cap. 21. Dell'aceto, & del moſto cotto. 89

LIBRO TERZO.

Cap. 1. DElle coſe, che ſi mangiano in generale. à carte. 91
cap. 2. Del caulo. 94
cap. 3. Della lattuca, & altre herbe in generale. 98
cap. 4. Delli fiori in generale. 118
cap. 5. Delli frutti in generale. 118
cap. 6. Delli frutti che preſto fugono. 119
cap. 7. Delli meloni. 127
cap. 8. Dell'vua. 129
cap. 9. Delli legumi in generale. 140
cap. 10. Delli animali acquatici in generale, & maſſime delli peſci. 147
cap. 11. Delli peſci del mare in generale. 150
cap. 12. Delli peſci d'acqua dolce in generale. 159
cap. 13. Delle muſtelle Cartilaginoſe lunghe non piane. 161
cap. 14. Della rana. 164
cap. 15. Di quelli c'hanno la croſta. 165
cap. 16. Delle carni in generale. 168
cap. 17. De gli animali quadrupedi. 170
cap. 18. De gli vccelli in generale. 174
cap. 19. Delle particelle de gli animali. 179
cap. 20. Delle parti de gli animali pedeſtri, che non hanno carne, della cotica, & della cartilagine. 181
cap. 21. Del mele. 188
cap. 22. Del Zuccaro. 189
cap. 23. Del ſale. 192
cap. 24. De gli aromati, cioè ſpetie in generale. 193
cap. 25. Quali ſono quelli huomini c'habitano Roma. 195

LIBRO QVARTO.

Cap. 1. DElli mali particulari di Roma. 199
cap. 2. Della pienezza. 204
cap. 3. Della fiacchezza. 205

cap. 4. Delli ſegni della fiacchezza. 206
cap. 5. Delli ſegni dell'indigeſtione. 207
cap. 6. Delli ſegni della pienezza di teſta. 208
cap. 7. Della cautela,& cura delli detti mali. 209
cap. 8. Della particulare preſeruatione, & cura della pienezza di teſta. 210
cap. 9 Della pienezza del ventre. 215
cap. 10. Della cura,& preſeruatione della fiacchezza. 219
cap. 11. Di quelle coſe che diuertiſcono altroue l'animo dell'huomo mal occupato. 222
cap. 12. Del vino puro,del Mitridato,& della Teriaca contra la triſtezza. 223
cap. 13. Dell'helleboro bianco. 225
cap. 14. Dell'antimonio, & del precipitato. 227
cap. 15. Dell'altra ſorte di fiacchezza. 228
cap. 16. Quante volte ſi deue nutrire l'infermo, per la debilità della virtù. 229
cap. 17. Che le mineſtre ſi deuono far di coſe conſuete. 230
cap. 18. Della mineſtra fatta di carne,cioè piſtata. 231
cap. 19. Della fiacchezza preſente. 234
cap. 20. Delle infirmità nelle quali caſcano, & li Romani, & gli altri, per il modo di viuer. 237
cap. 21. Del nutrimento,quando non è vguale alle fatiche. 240
cap. 22. Della regola del viuer di quelli che vanno, & vengono a Roma. 252
cap. 23. Del viuer di quelli che di continuo ſi fermano a Roma. 254
cap. 24. Di quelli ch'attendono alla gola,& che ſtanno in otio. 256
cap. 25. De gli ambitioſi boni,& cattiui. 258
cap. 26. Delle donne grauide. 259
cap. 27. Delle donne maritate,& de' lor figliuoli. 263
cap. 28. Della Quadrageſima,& della Primauera. 266
cap. 29. Delli quattro tempori dell'anno. 266
cap. 30. Del viuer moderato de gli altri tẽpi,ch'è in vſo a Roma. 267

LIBRO

LIBRO QVINTO.

Cap. 1. DEL prolongar la vita,& differir la vecchiezza. 271
cap. 2. Dell'essercitio delli vecchi, 278
cap. 3. Replica non molesta di slongar la vita,& di prolongar la vecchiezza. 283
cap. 4. In qual modo il latte,& gli oui conuengono alli vecchi. 285
cap. 5. In qual modo il vino potente sia di danno al vecchio, & l'acqua gli sia di vtile. 286
cap. 6. D'alcune altre cose le quali particolarmente prolungano la vecchiezza. 289
cap. 7. Il sale, & le cose salate non conuenir a vecchi. 292
cap. 8. Di quelle cose,che giouano a vecchi. 293
cap. 9. Dell'aere, in quanto che li Medici lo mettono tra vna delle sei cose non naturali. 298
cap. 10. Del moto,& del riposo. 304
cap. 11. Del bagno,& del riposo. 312
cap. 12. Del cibo,& di quello che si beue. 315
cap. 13. Del beuer freddissimo. 318
cap. 14. Del sonno,& della vigilia. 324
cap. 15. Dell'euacuatione,& repletione. 329
cap. 16. Del coito. 340
cap. 17. Delle passioni dell'animo. 342
cap. 18. Delli quattro tempori dell'anno. 349
cap. 19. Dell'inuernata. 350
cap. 20. Della primauera. 351
cap. 21. Dell'estate. 354
cap. 22. Dell'autonno. 357

TAVOLA DE' CAPITOLI
De gli vltimi dui Libri.

LIBRO PRIMO.

Cap. 1. DI quelle cose, che in generale lubricano il vētre. à c. 359
cap. 2. Delli semi simili al frumento, & de' legumi. 367
cap. 3. Delle carni in generale, & altre cose simili. 372
cap. 4. Delli pesci. 377
cap. 5. Delle radici. 380
cap. 6. Delle herbe. 381
cap. 7. Delli frutti, & massime di quelli, che durano poche hore. 385
cap. 8. Delle specie. 390
cap. 9. Dell'acqua comune, & medicinale. 394
cap. 10. Delli vini. 394
cap. 11. Del mele. 398
cap. 12. Del Zucchero. 399

LIBRO SECONDO.

Cap. 1. DEl passeggiar della mattina. 401
cap. 2. Del vomito. 404
cap. 3. Del mangiar vna volta, ò due il giorno. 404
cap. 4. Del beuer solamente dopò il cibo, & col cibo. 405
cap. 5. Del coito, del Sole, del foco, dell'ombra, & del freddo. 406
cap. 6. Del Bagno, & dell'ontioni. 406
cap. 7. Del Sonno, dell'otio, & della vigilia. 407
cap. 8. Delli Cristieri. 408
cap. 9. Dell'ordine, che richiedono quelle cose, che lubricano il corpo. 409
cap. 10. Di mouer il ventre, quando le cose dette non giouano. 413

DEL

DEL VIVERE

DELLI ROMANI ET DEL CONSERVARE LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Primo.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.

CAP. PRIMO.

S'IO vorrò proporre vn'vtile, & buona regola di viuere a quelli che habitano Roma, li quali ne hanno bisogno più d'ogn'altra sorte di gente, per la disuguaglianza del sito, & per la natura dell'aria, & delli venti, è necessario ch'io prima tratti qual sia il suo sito (risguardando però solo la sanità, & l'infermità) & poi la natura dell'aria, delli venti, delli tempi dell'anno, delle stagioni sue, delle acque, delli vini, & di quelle cose che sono in vso per il viuer' humano: oltre di questo, qual sorte d'huomini habitino Roma, poi che si vede molto bene, che ci è gran moltitudine di diuerse persone, nature, costumi, & essercitij; qual regola di viuer osseruino; quanto tempo viuano; di qual sorte, & quanti mali sogliano patire: & finalmente quello c'hanno da fare, & da lasciare, acciò che ogn'vno non solo possa difendersi da questi mali, & da gl'incommodi

Quelli che habitano Roma, hanno bisogno d'vna regola di viuere più che gli altri, & perche.

Ciò che bisogna fare per insegnar questa regola.

Come questa impresa è molto difficile, & perche.

di questa Città, ma anco viuer lungamente sani; la qual impresa non è di poca importanza, nè molto facile da fare: perche se ben varij Autori, & principalmente Hippocrate hà scritto molte cose intorno alla regola del viuer di diuersi luoghi; nondimeno tutti hanno trattato di questa materia non in particolare, ma in generale, & vniuersalmente: di modo che nessuno ancora, ch'io habbi visto, hà scritto particolarmente sopra la regola del viuer della Città di Roma. Et si come è più facil cosa saper le cose generale, & communi, che le proprie, & particolari; così non è marauiglia, se gli antichi scrittori hanno scritto di quelle, come di cose più facili, & hanno lasciate queste, à noi, come cose più difficili: la onde s'io hauessi lasciato di trattar di questa materia in particolare, credo certo ch'io non haurei fatto cosa alcuna di più di quello che hanno fatto essi intorno a questo soggetto. Et però s'io conoscerò ch'io possi giouare in qualche parte a questa Città, & ch'io non dica cosa alcuna sopra di ciò, io non vedo come possi fuggir il biasmo dell'ingratitudine: & se all'incontro io publicarò questa mia dottrina, sò certo che non mancheranno delli maldicenti, li quali con poca consideratione falsamente m'imputeranno di temerità, come che mi sia bastato l'animo di mettermi a questa impresa, alla quale nissuno mai nè antico, nè moderno hà hauuto ardire di mettersi. Nondimeno perche è cosa più honorata à vn'huomo nobile, & virtuoso far poca stima di questa calunnia, che per lasciar così vtile impresa, esser stimato da tutti ingrato, & da poco, darò principio à questo trattato, il quale ò dotto, ò non dotto che habbi da essere, merita al mio giudicio di esser tanto manco sprezzato, quanto più sarà conosciuto per opra nuoua, & di qualche vtilità: perciochè co'l mezo di questa mia dottrina, non solamente quelli che sono naturalmente sani, impareranno à conseruarsi la propria sanità, mà ancora se per sorte corressero pericolo di cascar in alcuna di quelle infirmità, che sogliono venir' à Roma, ò simili altri mali, conosceranno facilmente in qual modo potrànno conseruarsi sani; & dubitando d'ammalarsi, quando sarà di bisogno, chiamar' il medico, & quando nò: similmente potrà ciascuno con poca fatica antiuedere le qualità de' tempi, & dell'anno a venire: cioè qual'infermità haurà communemente à regnar in Roma, così l'estate, come il verno: similmente quali pericoli si habbino da temere, con l'osseruanza del viuere.

Nissuno hà scritto mai della regola del viuer per la Città di Roma.

Che l'huomo virtuoso non deue stimar la calumnia per far bene.

L'vtile che seguirà di questa dottrina.

Del Sito della Città di Roma.

SI come adunque la Città di Roma spesse volte è stata distrutta, & spesse volte anco riedificata, così hà acquistato varie sorti di siti, diuersi aspetti dal cielo ne' luoghi particolari, & disordinata sorte di flati, & di venti, il che si vede chiaramente: perche ne' tempi antichi vna gran parte della Città era situata ne' Monti, adesso è quasi tutta ne' luoghi bassi, per li quali passa il nobil fiume Teuere, il qual dalla sinistra ripa verso la campagna di Roma lascia vna gran parte della Città, & dalla destra verso la Toscana lascia quella parte, che si chiama Borgo, & Trasteuere, li quali sono luoghi assai grandi, & spatiosi: Quella parte che guarda verso Ponente, è coperta da' Monti che la difendono dal vento che viene dal Ponente, & dal Lebeccio, da quella banda però che inclina più verso il Ponente: quella parte poi che guarda verso Leuante, è difesa da esso Leuante, dal Sirocco, & anco in parte dal Borea: Ma dalla banda di Mezo giorno, & di Tramontana è totalmente aperta, in modo però che non inclina più da quella banda doue nasce il Sole nel colmo dell'inuernata, che da quella doue nasce nel colmo dell'estate: ma per la maggior parte risguarda vgualmente così bene il Mezo giorno, come la Tramontana, & spesso si difende da quelli mali, che portano l'Ostro, & la Tramontana à gli altri luoghi, per esser il passo libero dal Mezo giorno alla Tramontana, & dalla Tramontana al Mezo giorno: Da quella banda passa il Teuere, da questa passa il Rè de' Venti chiamato Settentrione insieme con Borea, & all'opposito passa l'Ostro con il Lebeccio; questi da Mezo giorno, quegli altri da Tramontana: & scendendo per li Monti in questo stretto canale, à guisa di vn rapidissimo fiume, soffiano insieme con grandissima furia, & per la bassezza del luogo doue passano, fatti più densi di quello che non sono di sua natura, danno maggior molestia à questa Città.

Come Roma nō è più nel luogo che era anticamente.

Roma è hora ne' luoghi bassi, doue prima era ne' Mōti.

Sito di Roma per rispetto de' Mōti.

In qual modo Roma si difende dalla Tramontana, & dall'Ostro essendo loro tanto esposta.

In qual modo questi vēti danno più molestia à Roma che non danno à gli altri luoghi.

Considerando poi le parti del Cielo, trouo che secondo l'opinione de gli Astrologi, ella è situata sotto al clima quinto, pigliando il principio della misura del Circolo equinottiale, onde si può dir Meridiana: & per esser' in vna valle (come hauemo detto) si può dir calda, come alcuni pensano: & perche è poco discosta dal mare Tirreno, & poco sotto di Terra è abondante d'acqua, quasi sempre è humida, spesso piena di nebbie, cioè offuscata dalla grossezza dell'aere; la qual cosa si può facilmente giudicare da quelli, che essendo sopra questi monti vicini la con-

Roma è situata sotto il clima quinto.

Roma è calda, & humida, & perche

siderano con diligenza. L'inuernata è spesso sporca di fango, l'estate poi è abondante di poluere; & per questa causa credo, che li tetti delle case, & massime delle antiche, sono carichi di terra, & di herba: ella poi è esposta al freddo della mattina, & della sera, & al caldo di mezo giorno; & massime in quelli luoghi, che sono vicini al Teuere: Ma vi è questa differenza, che nell'inuernata fa più freddo la sera, che la mattina; & questo prouiene per li freddi vapori del fiume, li quali si leuano in gran copia & di notte, & di giorno, nè si possono risoluere per la debilità del Sole di quel tempo; ma stanno tutto il giorno per l'aria, & la notte cascano quasi tutti in vn tratto à terra; & questo accade tanto più spesso, quanto più l'aria è piena di nebbia, perche all'hora è più spessa, & più fredda: onde & per la partita del Sole, & per la presenza de i vapori dell'aria, & della terra, ne seguita, che è maggior freddo la sera, che la mattina. Per il contrario, l'estate è maggior freddo la mattina, che la sera: & questo prouiene, percioche li vapori che si leuano la notte dal fiume, & dalla terra, si conseruano sin'al giorno, & qualche volta più oltre: tal che, si come per la loro grossezza, & densità ritengono più il freddo, così ancora raffreddano più; di modo, che nel leuar del Sole, ancora che in quel tempo sia gagliardissimo, nondimeno la mattina, perche li vapori non si possono così in vn tratto risoluere, da quì auuiene, che anco dopò che è leuato il Sole, per vn pezzo si sente notabil freddo; ma la sera si sente manco freddo, percioche i vapori, che prima si sono leuati, & che tuttauia ogn'hora si leuano, & che si trouano alti da terra, & à basso, si risoluono affatto; onde nasce, che tutti sentono maggior piacere, & sanità dall'essercitio che fanno l'estate la mattina per la città di Roma, & luoghi circonuicini, che la sera. Nè è inconueniente, che il leggier vento, che spira la mattina di verno, & la sera d'estate, sia causa di maggior freddo; perche questo prouiene da altra ragione: atteso, che l'estate il vento leuato alla presenza del Sole, rifresca l'aria; l'inuernata poi vi sono li vapori del Teuere più freddi, non essendoci all'hora il Sole. Oltre di questo, essendo li monti, che coprono la Città dalla banda di Leuante, & di Ponente non molto alti, la sommità delle alte case non può prohibire, che li venti, che vengono da Ponente, & da Leuante liberamente non passino: & però quelli, che habitano ne i luoghi eminenti non sentono meno il nascere, & il tramontar del Sole, di quello che facciano coloro, la cui habitatione guarda verso Leuante, & Ponente: Di modo, che in quanto

Roma è fredda la mattina & la sera, & calda nel mezo giorno.

Per qual causa la inuernata faccia più freddo in Roma la sera che la mattina.

Per qual causa l'estate faccia più freddo la mattina, che la sera.

Come la mattina di verno, & la sera di estate faccia maggior freddo.

to

to alle habitationi, che sono ne i luoghi alti, & eminenti, la città di Roma ha vgual positura in ogni luogo. Ma considerando poi le fabriche in particolare, vi è notabil differenza: percioche alcuna guarda a Leuante, alcuna a Ponente, quella a Tramontana, & quest'altra verso Mezo giorno: onde accade, che la regione di Borgo, & quella che si chiama l'Hortaccio, percioche guardano verso Mezo giorno, patiscono assai & dall'Ostro, & dal Lebeccio: & questo accade, percioche Borgo è circondato dal Ianicolo, cioè dal monte doue è S. Pietro Montorio, & altri monti vicini al Vaticano, doue è il Palazzo del Papa, & dal Corritore di Castello. L'Hortaccio poi è circondato dal monte Quirinale, cioè da monte Cauallo, da quello della Trinità, & da i muri della Città: quando adunque questi venti spirano, nè possono per li detti impedimenti passar più oltre, iui si fermano, & si condensano, & à guisa di acqua stagnata si fanno più grossi; il che se bene non si comprende euidentemente dal senso, (& questo accade perche l'aria non si vede) è almeno manifesto alla ragione: onde ne seguita, che regnando questi venti, vi è sempre maggior quantità d'infermi in questi luoghi, che in qual si voglia altra regione di Roma. Et è cosa verisimile, che quelli che iui habitano, se lungo tempo vi si fermano, diuentino più pigri, & più deboli, & che si sentino le loro teste più humide, & più pituitose. Per il contrario poi quelli che habitano intorno alle radici del Campidoglio, & le parti iui circonuicine, sieno molto più sani; & quelli che nascono, & viuono in quelle bande, sono molto più vigorosi, & hanno la testa più forte, & viuono più longo tempo; ilche accade, perche guardano principalmente verso la Tramontana, la quale con la sua frigidità, & siccità, caccia da se ogni sorte di putredine, alla qual l'huomo è molto inclinato; nè manco quel vento può esser impedito dal monte, perche non passi più oltre.

Per qual causa la regione di Borgo, & dell'Hortaccio patiscono assai da l'Ostro, & da Garbino.

Ciò che si sentono quelli che habitano in Borgho, & l'Hortaccio.

Per qual causa quelli che habitano le radici del Campidoglio sono più sani.

Dell'aria di Roma. Cap. II.

FIN hora mi pare d'hauer detto assai del sito della città di Roma, & tanto quanto basta à questo proposito, hora è conueniente trattare dell'Aria; & già è cosa tanto chiara, che non fa bisogno prouarla, che l'aria è più potente ad alterar l'huomo, ch'ogni altra cosa inanimata: percioche si può alle volte guardar da qual si voglia altra cosa; ma poi

Che l'aria è più potente ad alterar l'huomo, che ogni altra cosa inanimata.

poi non si può cessar mai di tirar l'aria con la respiratione, & in somma di esser continuamente nell'aria: laqual se bene nella città di Roma si

L'aria à Roma ne' monti è fredda, & secca, & la causa perche.

stima vniuersalmente, & dalla maggior parte che sia calda, & humida, realmente però ne i monti è fredda, & secca: secca, percioche i monti, hauendo poca copia d'acqua, sono habitati da poca gente: è poi fredda, percioche, essendo li monti aperti, e gobbi, sono causa, che li vapori caldi non si condensano, ma facilmente si risoluano; & li raggi del Sole, li quali con la sua riflessione retta causano maggior caldo, quando sono obtusi,

Per qual causa l'aria ne' luoghi piani è calda, & humida.

& obliqui fanno l'opposito effetto: Per il contrario, nella parte piana l'aria è molto più calda, e piu humida; calda, cioè (purche non vi sia impedimento di venti, o di qualche altra simil causa) percioche questa valle è vn luogo cauo, il quale per esser circondato da monti, non può hauer la debita respiratione: è poi humida, non solo perche vi è copia d'acque, ma ancora per l'abondanza delle cose humide, atte

Vn'altra differenza tra l'aria di Roma, & tra le parti piu alte.

al viuer'humano, che nascono dalla terra. Oltra di questo, l'aria ne i monti è più leggiera, più rara, & più sottile; nella valle è più graue, più densa, & più grossa: il che accade, perche le cose graui scendono di sua natura al fondo, & in particolare li vapori del fiume, per la sua corpolentia stanno al basso: talche l'aria in questa regione è sempre più cattiua, l'estate almeno, per la poluere, & massime à quelli, c'habitano le stanze terrene; l'inuernata poi per la densità, grauità, & grossezza sua. Oltra di questo è molto più fredda nelle strade non molto larghe, & massime che siano circondate da case alte; alle quali nè per l'inuerno, nè per vna gran parte dell'autunno li raggi del

Le strade doue nõ penetra il Sole sono sempre fredde

Sole possono quasi mai penetrare. Il che si conosce manifestamente da quelli, che nello smontar del Sole indi passano: percioche sentono molto maggior freddo, che non fanno nelle larghe piazze. Di tal sorte è Borgo vecchio; di tal sorte è quella via, che và da Torre sanguigna in Banchi; di tal sorte sono alcuni cortili di case, & palazzi molto eleuati. Talche, si come manifestamente si comprende, che questi luoghi sono molto nociui, per la sua frigidità grossa, densa, & dura; così mi pare ben fatto à dire, che la via, per la quale drittamente

La strada che và da Castello a san Pietro l'estate dalle hore xv. alle xx. è sempre caldissima.

si camina da Castello à S. Pietro, al tempo dell'estate, dalle hore xv. fino alle xx. esser caldissima, per la riflessione delli dritti, & potenti raggi, fatta da ogni banda; & che tutti quelli, che di tal hora indi passano, mettono la sua sanità à gran pericolo: percioche, se pian piano caminano, come si deue fare l'estate, sono abbruściati dall'ardentissimo Sole, il quale più longo tempo li percote; se anco si risol-

uono

uono d'affrettare il passo, (si come comanda Hippocrate nel libro del viuer priuato, che si deue far sotto al Sole al tempo dell'estate) nel respirare quasi si soffocano da quello ardentissimo aere: dalle quali ragioni benche si conosca che quest'aere è molto vario; nondimeno è molto più vario nella valle: percioche mattina, & sera è sempre freddo; di mezo giorno è caldo; & così è quasi sempre l'Autunno: il che prouiene da quelle cause, che già habbiamo detto.

L'aere di Roma è in ogni loco vario, ma piu nella valle, & la causa perche.

Onde auuiene, che quelli Chirurgi, che per anticipar tempo, inanti il giorno, ò nell'aurora scuoprono le ferite, ò vlcere de' loro infermi, & massime nella testa, apportano più nocumento, che vtile: percioche il freddo (si come dice Hippocrate nel v. de gli Aphor.) morsica le piaghe, & è inimico al ceruello: nel mezo giorno poi è molto più caldo; percioche l'aere denso nella valle, che naturalmente è calda, si scalda anco più per li raggi del Sole: & non solo ritiene il caldo molto più per esser denso, che non faria se fosse raro; ma lo imprime ancora ne i nostri corpi. Onde non è marauiglia, se nell'estate, nel principio dell'autunno, & nel fine della primauera spesse volte si fa tanto caldo, che in vn certo modo soffoca le persone. Essendo adunque l'aere così vario, & soggetto alle repentine mutationi dall'vn contrario all'altro, le quali la natura in conto alcuno non può tolerare; da quì nasce, ch'è tanto contrario alla sanità: percioche la sanità non si conserua con la incostante varietà delle cose, ma con la concordia, & con fermo ordine delle cause sue.

Nota l'errore d'alcuni Chirurgi di Roma.

In qual modo nel mezo giorno è tanto caldo l'estate à Roma.

Per qual causa l'aria di Roma, è tanto contraria alla sanità.

In somma pare che sia molto simile a i venti meridionali: percioche esso, si come quelli empie, & graua la testa, & humetta sopra modo ciascuno delli membri interiori del corpo humano: Di modo che se i cibi Romani non dessero poco nutrimento in comparatione della sua quantità, (si come a basso meglio si dichiarerà) spesso accaderia, & anco saria più vtile, beuer, & mangiar assai manco in Roma, che in molti altri luoghi. Et questo si conosce chiaramente: percioche, si come spirando l'Austro, ò con nebbia, ò con pioggia, ne cessa la fame & la sete; così sentiamo il medesimo effetto da quest'aria, poiche è simile al vento dell'Austro. Ma perche i cibi nascono quà ne i luoghi acquosi; ouero se d'altroue si conducono, si alterano di maggior humidità, & in certo modo s'infroliscono da quest'aria, doue si fermano alquanto prima che si consumino, (si come a basso si dichiarerà) & si come sono d'vna sostanza molle, & facilmente risolubile, così il nostro corpo, perche di essi si nutrisce, si rende molle, humido, & di

Come l'aria di Roma è simile a i vẽti meridionali.

Nel spirar dell'Austro cessa la fame, & la sete.

L'aria di Roma fa il medesimo effetto dell'Austro.

Li cibi di Roma sono molli, & risolubili.

facile

facile risolutione: talche se più, ò almeno due volte il giorno l'huomo non si cibasse, a pena si potria mantenere, purche altro non ci fosse in contrario: & questo si conosce manifestamente con l'essempio del pane, il qual mangiamo ogni giorno: percioche, se si mette al Sole, accioche s'essichi alquanto, nutrisce molto più, ancor che si pigli in eguale quantità; che non fa quello, il qual riposto in vn luogo caldo, & humido, si fa molle, & tenero.

Il pane secco nudrisce più che l'humido.

Oltra di questo è da sapere, che quelli corpi, che presto tirano a se l'aria, & che facilmente s'alterano dal caldo, & dall'humido, facilmente ancora si corrompono, & si putrefanno; il che accade, perche l'aria spesso entra, & penetra sino all'intimo de i corpi; & perche è più denso, & più grosso che non conuiene, troppo li empie; & perche anco è humido, conturba, debilita, mollifica, & risolue la natural costanza, fermezza, & solidità del nostro corpo; & perche anco è caldo, leua, & corrompe il calor naturale dal suo tenore; & da questo non può seguire altro, che putrefattione, per esser congiunto questo calore con humidità: la qual cosa si conoscerà esser chiara con l'essempio del frumento, il quale prima che l'estate si riponga ne i granari de i luoghi a' bassi di questa Città, si fa scaldare, & asciugare; & questo più facilmente si riscalda, si corrompe, & puzza, che se fosse stato riposto manco secco, & manco caldo; percioche quello, per esser secco, & caldo, tira molto più l'humore a se, che non fa quell'altro, ch'è più pieno, & più freddo; & di tal sorte è anco il marmo quando è abbrusciato, perche all'hora beue maggior quantità d'humore, & più facilmente si corrompe. Per la qual cosa quelli, che per qualche infirmità si sono molto smagriti, & che cercano di racquistar la perduta sanità, non è bene, c'habitino più in questi luoghi bassi, ma nelli monti, ò in qualche altro luogo simile: Talche, se il corpo non hauerà la debita transpiratione, & le vie, per le quali si fa l'espulsione de gli escrementi, & la distributione del nutrimento, com'è nel fegato, nelle vene, & nelle arterie, saranno chiuse: si come l'Austro più facilmente entra che non esce; così quest'aria ritenuta, rende l'huomo soggetto alle putredini. Ma se il corpo hauerà la debita respiratione, & li meati della distributione, & dell'espulsione saranno aperti, quanto più facilmente suapora, tanto manco putredine può causare. In somma, si come al tempo dell'Austro nebuloso, ò pluuioso li pesci presi, non potendo tirar acqua, se tirano, & ritengono quest'aria, ben presto si corrompono, & puzzano; così il nostro corpo, circondato da questo aria,

Li corpi che facilmente riceuono l'aria, facilmente anco si corrompono, & per qual causa.

La putredine de' corpi onde nasca.

Il frumento scaldato, & asciugato si corrompe più facilmente che se sarà manco caldo, & manco secco, & la causa di questo effetto.

Quelli che sono smagriti, & cercano d'ingrassarsi, debbono habitar ne' luoghi alti, & non bassi.

Come l'Austro più facilmẽte entra che non esce.

Come li pesci si corrompono.

In qual modo li corpi si corrompono.

aria, & in essa respirando, se non haurà le debite transpirationi (come habbiamo detto) nel ritenerla si altera, & si corrompe, si conturba, & si rende più facile alla putredine. Appresso, l'huomo deue sempre hauer a memoria, che si come l'aria in questi luoghi infracidisce presto, & velocemente il frumento, & tutte quelle cose, che ne nutriscono; così di continuo rende li nostri corpi languidi, & fiacchi; onde non è poi marauiglia, se non possono tolerare vna copiosa euacuatione di sangue, nè alcuna notabile purgatione. In qual modo li corpi si corrompono. Per qual causa li corpi non possono tolerare alcuna copiosa euacuatione.

Ma alcuni vanno dubitando, se queste nuoue fontane incominciate già da Pio iiij. & hora ridotte al fine da Gregorio xiij. possono portar qualche nocumento in questo fatto: il qual dubbio non è senza ragione; perche, si come il Teuere con li suoi vapori rende humidi tutti quelli luoghi vicini, per i quali passa; così s'imaginano, che queste fonti, per esser in certo modo simili al fiume, facciano anco vn'effetto alquanto simile. Ma perche non sono la milleſima parte del Teuere, non potrà così poca acqua portar nocumento, che meriti esser paragonato con quello del fiume. E' ben vero, che se si fermasse in qualche luogo, & crescesse in gran quantità, non è dubbio, che con li suoi vapori portaria tanto nocumento, quanto suol fare il fiume. Però io stimo, che non occorra hauer paura di questo, pur che non accada qualche altra cosa; tanto più, perche non si truoua, che anticamente la Città patisse mal alcuno per questo, ancor che fosse più copiosa di fonti, che non è al presente: & che ciò sia vero, non s'è osseruato fin'hora, ch'alla fontana di Triuio, doue sempre scaturisce acqua in gran copia, sia occorso per questo, ch'alcuno habbia sentito particolar nocumento. Dubbio delle nuoue fontane di Roma. Solutione del dubbio. Come potriano le nuoue fontane far danno. Come Roma anticamente non patiua mal alcuno per queste fontane.

E' ben vero, che gli acquedotti, che sono sotto terra possono portar qualche danno; percioche non s'è ancora potuto prohibire, che non colino gran quantità d'acqua, & che ampliandosi pian piano in gran copia sotto terra, non rendino grande humidità nel terreno vicino, & anco alquanto discosto, come si vede nelle cantine, le quali in ogni luogo si truouano piene di questa acqua; al qual disordine se non si truoua qualche prouisione, è gran pericolo, che nell'estate, nella quale per sorte non piona, che il caldo del Sole acceso, & congiunto con quello vapore grosso, & denso, non partorisca a' corpi humani gran vigilia, angustia, indigestione, & poi dolori di testa, & febbri di qualche momento; & questo è da credere, perche il caldo della state non potrà risoluere, & consumare, se non con difficoltà, quello raddoppiato humore. Come gli acquedotti sotto terra possono portar danno. Quali mali possono nascer dalle suddette cause.

De' venti. Cap. III.

Quali vẽti regnano à Roma.

FIN hora hauemo trattato dell'aria, hora parlaremo delli venti, & già hauemo dichiarato quali, & di qual sorte sono i venti che regnano a Roma, cioè che da Settentrione viene la Tramontana, & l'Aquilone chiamato da alcuni Borea, & da altri Greco; da mezo giorno viene l'Austro, & il Libecchio, chiamato da alcuni Garbino; & questi tutti quanto più stanno alti, & sopra i monti, sono tanto più leggieri, & più sinceri, & quanto più lassando i monti, s'accostano a terra, & alla valle, sono tanto più graui, & tanto più immondi, & così a quel modo sono migliori, & a questo sono peggiori.

Li venti quãto più stanno alti, tanto più si fanno leggieri.

In qual modo li venti che regnano à Roma sono buoni, & cattiui.

Come li venti Settẽtrionali sono sani, & li Meridionali sono mal sani.

In qual modo li venti Settẽtrionali causino sanità.

Ma parlando in vniuersale, quelli che vengono da Settentrione, sono sempre più sani, che gli altri venti; per il contrario quelli, che vengono da mezo giorno, sono causa di maggior infirmità; & questo dico, perche mi pare, che mi conuenga dir prima qualche cosa in generale di questi venti, accioche quando si verrà al particolare di Roma, io più facilmente sia inteso. Quelli adunque che vengono da Settentrione, cacciano tutte le nebbie, rendono l'aria trasparente, & chiara, leuano l'humor superfluo a i corpi, & fanno li spiriti chiari, & mentre che con tanta efficacia raffreddano, sono causa, che il calor naturale meglio si mantiene, pur che però non sia ridotto a gran debilità. Questi altri per il contrario che vengono da mezo giorno, fanno spesse volte l'aria, se è splendida, tenebrosa; s'è fredda, calda; s'è secca, humida: In somma, si come conturbano li vini, & gli altri licori, riposti nelli loro vasi, così co'l confonder, & conturbar li spiriti, & gli humori del nostro corpo, portano gran danno a gli huomini: Anzi, si come quelli con la sua frigidità, & siccità, ò prohibiscono, ò almeno tardano che il seme gittato a terra, non nasca; & questi quanto più affrettano il lor nascimento con la loro calidità, & humidità, & poi ch'è nato, lo rendono facile alla putredine, tanto più quelli prohibiscono, che non si generino morbi corrotti nel corpo humano, e non lasciano crescer quelli, che sono già generati; per il contrario questi sono causa del nascimento de' morbi, & danno fomento, & aumento a quelli, che già hanno incominciato. Talmente che essendo quelli freddi, & secchi, & questi caldi, & humidi, non solo in se, ma ancora in comparatione del nostro corpo, si come sono contrarij l'vn l'altro, così quando regnano, sono causa, che ne' corpi si facciano contrarie mutationi, atteso che li venti Settentrionali

In qual modo li venti Meridionali causino infirmità.

Effetti de' venti Settentrionali.

vali quando regnano, condensano, & consolidano li corpi, li rendono più atti, & più espediti al moto, più colorati, & più pronti al senso dell'vdito, essiccano li membri interiori, mordono gli occhi, & inasprano quei dolori, che già per qualche altra causa haueranno hauuto principio nel petto; per il contrario li Meridiani risoluono, & humettano la testa, causano vertigine, nocciono a gli occhi, & in somma portano gran fiacchezza, & debilità all'huomo: In modo che quando li Settentrionali saranno più potenti, all'hora ne i mali si scuoprono tosse, dolor delle fauci, durezza di ventre, difficultà d'orina, horrore, dolore di coste, & di petto. Ma quando regnano li Meridiani, gli huomini patiranno debilità d'vdire, caligine d'occhi, grauità di testa, pigrezza di corpo: di più, se alcuno hauerà delle vlcere, massime in bocca, ò nelle parti vergognose, saranno più humide, & più pituitose del solito; appresso gli huomini all'hora non si possono indurre a mangiare, & a bere, per hauer la testa graue, & debole, non solo perche il mangiar troppo graua anco più, ma anco, perche quelli c'hanno la testa debole, non possono beuer assai.

Effetti de' venti Meridiani.

Li mali che nascono per li venti Settentrionali.

Li mali che nascono per li vēti Meridionali.

Di più, questi venti nebulosi sono peggiori di quelli, che portano serenità, percioche riempiono più, & più presto la testa, & tutto'l corpo, & fanno strettezza di petto. Ma questi, cioè li sereni, perche sono più caldi, se in qualche luogo sono ritenuti, & non hanno l'essito libero, all'hora si fanno peggiori, che quelli che portano pioggia; & quanto più si riposano, perche più longo tempo si ritengono, tanto più sono di cattiua natura: & la ragione è questa, percioche spirando essi tutti per il viaggio del Sole, dal mezo giorno, & poi passando per il mare prima che vengano a noi, è necessario che caminino per i luoghi caldi, & secchi, & acquistino la calidità, & la siccità, come si vede nel passar che fanno per la Libia, doue consumano le herbe, & le piante, & nascostamente essiccano gli huomini; ilche accade, perche non trouando nè mari, nè fiumi, da i quali possano pigliar alcuno humore, lo cauano da gli animali, & dalle piante; ma quando passano il mare, se lo trouano tranquillo, & quieto, & li luoghi di terra vicini a noi, non siano humidi, arriuano a noi con serenità. Ma se il mare sarà turbato, ouero nelle nostre bande si troverà grande humidità, il che sarà ò per pioggia, ò per qualche altra causa, tal volta verranno con nebbia, tal volta con pioggia, secondo che i vapori saranno più, & meno, ma sempre conseruaranno in se stessi il primo calore, come quello, ch'è quasi a loro naturale; il qual calore, quanto più è molesto ne' venti nebulosi, tanto più li venti

Come li venti nebulosi sono peggiori che li sereni.

Come li venti sereni sono peggiori che quelli che portano pioggia.

Per qual causa li venti sereni sono peggiori che quelli che portano pioggia.

Nota il viaggio che fanno i venti Meridionali.

In qual modo li venti Meridionali portano serenità, o pioggia, ò nebbia.

nebulosi sono peggiori di tutti gli altri; & quanto più il calor'è rimesso nelle pioggie, tanto manco nociui sono questi venti al tempo dell'estate, che non sono quelli che portano serenità; e tanto più, quando & questi & quelli si fermano in qualche luogo. Onde auenne in Roma l'anno 1566. nel qual regnò l'Austro con siccità, in quei luoghi doue il vento dell'Austro era ritenuto, furno molto più amalati, che nell'estate inanti del 1565. nella qual regnò l'Austro con la pioggia; altrimenti poi se saranno sereni, & che passino al suo viaggio, nè si fermino in luogo alcuno, sono sempre di miglior natura, che quelli, che portano pioggia: perciochè questi, lasciando di dietro la pioggia, in vn certo modo si trattengono, & così (parlando in generale) le stagioni dell'anno secche, (si come Hippocrate dice nel terzo de gli Aphor.) sono sempre più sane, & manco mortali, che quelle, che portano pioggia, & humidità.

Nota i mali che furno in Roma. 1566.

Nota i mali che furno in Roma. 1565

Come le stagioni secche, sono piu sane che le humide.

Ma venendo al particolare della città di Roma, perche corrono per questo canale, riempiono le vene, le arterie, il petto, & la testa d'vno grosso, & denso vapore, doue per la grande copia loro, & per il grande impeto del vento, essendo senza misura tirati a se & dai polmoni, & dalle arterie, tanto s'accumulano, & s'inspessiscono, che facilmente si conuertono in acqua, in quell'istesso modo, che le colonne di marmo sudano nelle grandi nebbie; & così essendo copiosi, non solo in testa, ma in tutto il corpo, & hauendo acquistato vna qualità contra natura, da quì auuiene, che gli huomini patiscono febbri putride, & massime con offesa di testa, la qual per tal causa più di tutti gli altri membri si riempie: & si come di fuori si vede, che i muri percossi da questi venti s'imbrattano d'vna certa muffa, hora pallida, hora gialla, hora verde, & hora nera; & si come accade di alcuni liquori, che con poca consideratione, & diligenza si ripongono ne i vasi, onde poi facilmente si corrompono, & si putrefanno; così accade in questi tempi con gli humori ne' nostri corpi, come intcruenne l'estate dell'anno 1566. nella quale ogni giorno soffiaua hora Libeccio, hora l'Austro con perpetua serenità; & tanto durò, che in Borgo, & nell'Hortaccio si truouauano molto più febricitanti, & massime con lesione di testa, che in qual si voglia altra parte di Roma.

Gli effetti cattiui che fanno le stagioni humide in Roma.

Come la testa patisce più che gli altri membri da' venti.

I mali che regnorno in Borgo, & nell'Hortaccio, l'anno 1566.

Et benche molti Medici fossero d'opinione, che la causa di questa infermità nell'Hortaccio, non s'attribuisse a questi venti, ma più presto all'acqua della fontana di Triuio, la quale all'hora era sparsa per quella regione, & fermatasi per vn pezzo, haueua empito molti di quelli luoghi di gran quantità di fango. Ma realmente, perche in-

teruenne

teruenne il medesimo effetto & in Borgo, & in molti altri luoghi, doue non era nè fango, nè acqua stagnante, è cosa più probabile, che quelle infermità hauessero origine più da questi venti, che da quella causa, ch'essi s'imaginauano: Et si come ne i luoghi nominati questi venti sono cattiui, così sono pessimi intorno a Santo Spirito, & più in giù, & in sù; percioche sono portati per il Teuere con vn lungo tratto. Ma se questi venti non saranno trattenuti in luogo alcuno per la Città, & potranno andar liberamente per tutto, all'hora porteranno ò nissuno, ò molto minor nocumento: se anco spirando questi all'incontro soffiaranno li venti Settentrionali, all'hora cessaranno tutti i mali, che possono nascer da quelli, si come fu l'estate del 1577. nel quale dalla mattina fin'a sera regnauano li Meridiani, & li Settentrionali dopo questi, & alle volte di notte, ancor che ci fosse gran copia di sputi corrottibili, & di poca durata, con tutto ciò ci furono pochissimi amalati.

In qual loco di Roma quelli vēti sono piu cattiui.

I venti Settentrionali distruggono tutti i mali che possiano nascer da' venti Australi.

Nota quello che seguì l'anno 1577.

Nondimeno, ancor che i venti Settentrionali siano più sani, che tutti gli altri; in modo, che quello, c'ha scritto il libro del morbo sacro (ch'alcuni vogliono che sia d'Hippocrate) ha detto chiaramente, che questi venti sono tanto salubri, che conseruano, & cacciano nel ceruello tutto quello, ch'è di somma sanità; & per il contrario, cacciano fuori per ogni intorno, tutte le superflue humidità, & tutto quello, che possa causare qualche infermità: Nondimeno nella città di Roma, perche sono molto densi, spirano come rapidi fiumi, & raunati in vn luogo, accrescono più le proprie forze, & producono grandissimo freddo, & tale, che l'huomo con difficoltà lo può tolerare; & se in qualche luogo si trattengono, & si fermano, sono causa di così gran mali, quanto sono li Meridiani: percioche fermandosi, si corrompono, nel modo che fa l'acqua, che non si moue, & per quella putredine è necessario, che producano qualche infermità.

Vtile che portano i venti Settentrionali secondo Hippocrate.

In qual modo i vēti Settentrionali causano infirmità.

Quando i vēti Settentrionali causano tāti mali, quāto li Meridiani.

Oltra di questo ne seguita vn'altro effetto da questi venti per il sito delle regioni, & luoghi onde passano, che scontrandosi l'vn l'altro, si fanno di freddi caldi, & di secchi humidi; si come accade dalla porta del Popolo a S. Spirito, & da ponte Sisto a Ripa, doue riempiono tutte quelle case opposte d'humore, per la grande humidità, che trouano nel fiume, le quali, se bene sono situate in vna regione calda, non altrimenti sono trattate, come se fossero esposte all'Austro nebuloso.

Come, & doue i venti Settentrionali si facciano di freddi caldi, & di secchi humidi.

Di questa maniera ancora li venti, che vengono da Ponente, alterano tutte quelle case, che sono da S. Spirito a ponte Sisto, & massime

sime quelle, che sono a canto a strada Giulia; così ancora il vento Maestro, che spira tra Settentrione, & Ponente, per incontrarsi co'l Teuere, riempie di humidi vapori tutto l'Hortaccio.

Qual vento percuota il Palazzo del PAPA.

Per il contrario il Greco Leuante soffia verso il palazzo del Papa, & non la Tramontana, si come molti si pensano: Percioche questo, se bene passa per i prati humidi iui vicini, li quali sono affatto senza stagni, & se pure vi è qualche humidità, ella è essiccata dallo spirare quasi continouo di quel vento: onde non è da pensare, che vi abondino perpetue humidità, come fanno nel fiume, il quale mai s'essicca; (si come si può facilmente vedere) da quì nasce, che questo vento non humido, ma secco percuote il palazzo Papale.

Come i prati non hanno stagni.

Come l'humidità de' prati è essiccata da questo vento.

Come il vento che percuote il palazzo è secco, & non humido.

E' anco da sapere, che si come l'aria della mattina è più pericolosa, per la grande mutatione di freddo; così anco è il vento della mattina: percioche nascendo ambidue da Leuante, quasi tutti sono nocini a questa Città, & massime a quelli, che habitano vicino al fiume; il che accade, perche quando il Sole nasce di sotto terra, & che salisce alto, con la sua forza, & impeto caccia tutto quello humore, che si truoua nell'aria, inanti giorno, il qual toccando la Città, & iui truouando li vapori della notte, si fa più grosso, più denso, & più freddo; ma è anco peggiore in qualche luogo (come habbiamo detto) quanto più s'incontra con il Teuere, cioè da S. Spirito sin'a ponte Sisto, quanto manco il Ponente, & il Leuante percuotono la Città, che non fa l'Austro, & l'Aquilone, per causa delli Monti, (come habbiamo detto) tanto manco molestia li daranno. Et questo basta dir delli venti.

Come l'aria, & il vento della mattina è pericoloso.

In qual modo il vento della mattina, è nocuo alla città di Roma.

Delle stagioni dell'Anno.

Dell'Anno Salubre. Cap. IIII.

Quãdo l'anno hà da esser salubre, come deue esser l'Autunno, & l'inuernata.

HORA quanto alle stagioni dell'anno, è verisimile, che quello sarà salubre, nel quale l'autunno tanto pioua, quanto la siccità dell'estate inanti, si possa contemperare, & l'inuernata sia temperata, cioè nè troppo tepida, nè più fredda di quello, che comporta la natura del luogo; quello, accioche i corpi nel principio della primauera troppo rilassati per quello tepore, non si risoluano; questo, accioche non si costringano troppo per il gran freddo, talche poi nel principio della pri-

mauera

mauera causino qualche putredine: la primauera poi piace sempre più serena, che piouosa; si come in questa Città tanto humida, il tempo sereno è sempre più desiderato, che il piouoso; & poi, se nella primauera, & nell'estate verranno à tempi debiti pioggie tali, che il caldo di quel tempo sia tolerabile. Percioche se il Sole in Europa, & à Roma non si fermasse sopra terra nè poco, nè molto, ma mediocremente a paragone de gli altri luoghi, non occorrerebbe hauer timore, che l'estate quà facesse troppo caldo, nè l'innernata troppo freddo; ma perche l'estate habbiamo più di quindici hore di Sole, l'inuernata manco di noue, è necessario, che gli huomini patiscano assai, & per lo troppo caldo, & per lo troppo freddo; & tanto più, perche la natura non può tolerare li grandi eccessi: & per questo l'anno non può esser salubre, se questi due grandi estremi non sono contemperati da qualche cattsa esteriore. Sò bene che vi sono alcuni, li quali si pensano, che l'estate habbia da esser calidissima, & l'inuernata frigidissima; ma questi non hanno nè ragione, nè esperienza in suo fauore: pereioche in molti luoghi del mondo, doue & l'estate, & l'inuernata sono temperati, iui gli huomini viuono più lungo tempo, & con maggior sanità.

Come deue esser la primauera.

Quãdo le pioggie sono buone.

Quante hore è il giorno l'estate a Roma, & quante l'inuerno.

Come l'estate non deue esser calidissima, nè l'inuernata frigidissima, cõtra l'opinione d'alcuni.

Adunque in quello autunno, nel quale l'herbe, & le piante per la lunga siecità dell'estate inanti, perche hanno perduto li frutti, & le foglie, sentono grande penuria di nodrimento; se seguita vna pioggia assai copiosa, non solo le terre seminate si rimetteranno, & la troppa siccità dell'estate inanti molto calda, si contemperarà, ma anco s'indolcirà l'asprezza del freddo, che si potrà temere l'inuernata seguente: onde la terra, soprauenendo poi le pioggie, trattiene in se stessa il caldo; & questo si conosce esser vero dalle fontane, che l'estate sono fredde, & l'inuernata sono calde, (si come a basso meglio dichiareremo) & di più manda da se all'insù nell'aria i suoi vapori, ò tepidi, ò almeno non freddi, & a questo modo sminuisce quella sua somma frigidità, non lasciando però la proportione di minor inegualità, (come si dice). Percioche, si come la terra nell'estate è fatta più calda, ancor che il Sole sia declinato, si come è quando è in Leone, ò quando si parte da Mezo giorno, & è causa di maggior caldo, per l'essalatione de i focosi vapori; così per il contrario l'inuernata condensata per le pioggie dell'autunno, & riscaldata in se stessa estingue, ò almeno sminuisce la vcementia del freddo, come che sia mancato vno de gli agenti d'esso freddo; & in somma rende l'inuernata molto temperata.

L'vtile che porta la pioggia d'estate, & d'autunno, quando sono molto caldi.

Come il fine della state è sempre più caldo, che nel mezo, & perche.

In qual modo l'inuernata riesce piu temperata.

Et

Quando l'autuno piouе assai, l'inuernata sarà tepida; mà se non piouе niente, sarà aspera.

Et così se l'autunno piouerà assai, par che si possa dire, che l'inuernata hà da esser tepida, se niente, aspera; pur che però questo pronostico non sia impedito da venti, nati da qualche strauagante accidente. Ma

Dubbio.

alcuno potrà dubitare intorno a questo soggetto; essendo la terra, al tempo dell'estate fredda di dentro, in qual modo accende ella il calore, & per qual causa non manda all'insù li vapori freddi? & perche non rifresca l'aria? per il contrario, l'inuernata essendo fredda di fuori per le pioggie dell'autunno passato, perche non accresce la frigidità dell'a-

Soluzione del Dubbio.

ria? A questo si risponde, prima ch'il freddo della terra all'inuernata non è tanto, che possa cresser la frigidità dell'aria intorno intorno, perche quel freddo è tutto di fuori nella superficie: percioche nascendo quel freddo dall'aria iui intorno, non può cresser quella frigidità in maggior grado di quello, che sia l'aria istessa; & poi quella ragione

Il freddo non può ascender, come fà il caldo.

non è vguale, se bene pare, che così sia: percioche il vapor freddo, perche di sua natura è graue, & per questo anco và al basso quando il caldo hà già preso il possesso del luogo di sopra, non solo non può ascender, ma più presto discende, & da lui si parte, onde nasce ch'alla estate li freddi vapori, che sono dentro della terra non vanno all'insù, verso

Come li vapori caldi ascendano.

l'aria esteriore, nè manco lo possono rifrescare; per il contrario il vapor caldo perche di sua natura è leggiero, & và all'insù, sia pur il luogo superiore, ò freddo, ò caldo, sempre camina verso quella parte, & seco si mescola: & se bene pare che per la condensatione della terra fatta dalle pioggie dell'inuernata, li vapori non possano ascender perche gli sia serrata la strada, nondimeno non è così serrata da ogni banda, ch'essendo sottili, & leggieri, non passino per le angustissime sue parti, & saliscano in alto. Et questo basta hauer detto dell'Autunno, & & dell'inuernata, di qual sorte hanno da esser, perche l'Anno sia salubre.

Quãdo le pioggie sono vtili la primauera.

Mà le pioggie saranno a tempo la Primauera, se verrano mentre che il Sole esce dall'Ariete, & passa per il Tauro; nell'estate poi se verranno pian piano, & spesso in quel tempo, che il Sole, abbandonando il

Quãdo le pioggie sono vtili l'estate.

Cancro, passa per il segno di Leone: Percioche quelle, oltra che somministrano a quelle cose, che nascono dalle piante & il nutrimento, & l'augmento, prohibiscono ancora, che il caldo non si faccia in vn subito sentire, ancorche il Sole vada ogni giorno piu inalzandosi, & che non vada augumentandosi fin al mezo dell'estate, cosa che la natura non può così facilmente tolerare: ma quelle dell'estate smorzano il caldo, che

Le pioggie d'estate portano danno, se nõ piouе di primauera.

già ha incominciato a scuoprirsi, & a questo modo l'vne, & l'altre insieme fanno quella stagione più tolerabile, & tanto più perche quelle

d'estate

d'estate solamente, se quelle della primauera non fossero venute inanti, portariano molto maggior nocumento, si come a basso si dichiarerà.

Dubbio.

Ma se alcuno, volendo contradire a questa mia opinione, dirà, che le pioggie, si come smorzano il freddo all'inuernata, così douerebbero non rinfrescare il caldo, ma accrescerlo; ha da sapere, ch'esse, quando è freddo, producono tepidità; & quando caldo, freddo: & questo accade, non per simile, ma per dissimile ragione, perche fanno l'vfficio di contrario all'vno, & all'altro.

Solutione. Come le pioggie producono tepidità, quãdo è freddo, & quando è caldo, producono freddo.

Di più è da sapere, che l'estate, quanto più vicino è a noi il Sole, tanto più si scosta da i luoghi Australi: Per il contrario l'inuernata, quanto più si scosta da noi, tanto più s'accosta a i detti luoghi; onde nasce, che quelli luoghi sono più freddi, quando a noi è estate; & più caldi, quando à noi è inuernata: Onde auuiene, che i venti, che vengono da quelle bande, si come al tempo della nostra estate, portano seco freddo; così al tempo della nostra inuernata, portano caldo: & per questo non è marauiglia, se le pioggie che vengono da Austro, ò da Libeccio al tempo dell'estate rifreschino, all'inuernata intepidiscano. Se adunque nell'autunno tanto piouerà, che si possa contemperare l'aridità dell'estate passata, & il freddo dell'inuernata c'ha da venire, nella primauera poi & nell'estate, quanto facilmente si possa comportare il caldo c'ha da venire, s'ha da sperare che quell'anno ha da esser salubre: Così pare che voglia sentire Aristotele nell'ottauo dell'historia de gli animali, al capit. 19. mentre che dice: Delle pioggie, quelle che vengono l'estate, sono più delle altre commode alla maggior parte de' pesci, & massimamente quando la primauera, l'estate, & l'autunno hanno abondanza di pioggie, & per il contrario l'inuernata sarà rara serena; & direi quasi in somma, che quando l'anno succede sano a gli huomini, all'hora succede ancora a' pesci il viuer felicemente. Hippocrate poi parla più chiaro nel lib. dell'aria, & de' luoghi; che se nello scender, & nel leuar delle stelle, i segni saranno secondo la ragione, & nell'autunno vi sia abondanza d'acqua, & l'inuernata temperata, talche non sia molto piacenole, nè troppo fredda; & nella primauera, & nell'estate le pioggie vengano a tempo debito, a questo modo ogni ragion vuole, che l'anno sia salubre. Così dice Hippocrate, ilqual seguita Galeno, nel terzo de gli Aforismi, al commento ottauo.

L'effetto che fa la vicinanza, & lontananza del Sole.

Per qual causa le pioggie che vẽgono l'estate dal mezo giorno sono fredde, & l'inuernata sono tepide.

Quãdo l'anno ha da esser salubre.

Quello che dice Aristotele sopra di questo.

Quello che dice Hippocrate sopra di questo.

Ma alcuno potria opponere a questo detto, quello che Hippocrate nel terzo de gli Aforismi ha scritto, cioè, che la stagione secca è sempre più sana, che l'humida; & per questo, se s'ha d'hauer consideratione

Dubbio.

alla sanità in Roma, che di sua natura è humida, tutto l'anno douria esser senza pioggie, e totalmente secco. Ma costui ha da saper, ch'è vero, che la stagione secca, è sempre più sana, che l'humida, ma s'intende di quella humidità, ch'è contra natura, & non della naturale; percioche l'anno, nel qual è piouuto nell'autunno, nella primauera, & nell'estate in tempo, & come si deue, non si deue chiamar humido, ma temperato: nè Hippocrate compara a questa stagione la secca, ma all'anno, che è molto più humido, e però nell'altro Aforismo dice che nè tempi fermi, quando le stagioni riescono come conuien al suo tempo, all'hora le infirmità si fanno stabili, & di buono, & felice giuditio, & tal tempo sarà nè troppo humido, nè troppo secco, ma tal qual noi hauemo dichiarato nella descrittione dell'anno salubre. E tanto basta hauer detto dell'anno salubre.

Soluzione.

L'anno, nel qual piouе come si deue, non è humido, ma temperato.

Quando le infirmità sono di buō giudino.

Delle stagioni particolari dell'anno. Cap. V.

HORA è tempo, che si mettiamo a trattar delle stagioni particolari dell'anno, nella qual cosa forse potrò parer a qualcuno troppo longo, sono però d'opinione, che nissuno resti di legger questo mio discorso, ancor che forse le cose non succedessero secondo il detto mio, se prima non tentarà di prouar vna, & due volte, se il fatto sarà di questa maniera, perche spero ch'accaderà a colui, come spesso è accaduto a me.

Se l'autunno pionera assai, l'inuernata sarà tepida, & assai sana.

Però se nell'autunno piouarà assai, è necessario che l'inuernata (come hauemo detto) sia tanto più tepida, quanto più la città di Roma è situata in vna valle, che è luogo naturalmente humido; eccetto però, se i venti settentrionali per qualche straordinaria causa regnaranno più spesso del solito, & ogn'vno all'hora per tutta l'inuernata goderà felicemente la sanità, sotto sì grande benignità del cielo; ma nella primauera quelli che principalmente sono di natura humidi, cioè putti, & donne, sono pericolosi di non cascar in qualche passione di testa, ò febbre, ò flusso di corpo. Ma se in quello tempo non piouerà, hauemo d'aspettar vn'inuernata fredda, purche però non regnino li venti Australi; nell'autunno poi, & nell'inuernata gli huomini hanno da esser sani, tanto più perche in vno luogo acquoso, com'è Roma, il secco è sempre più sano, che l'humido, purche però il freddo dell'inuernata non habbia origine dalla Tramontana. Nella primauera poi perche

Quando l'autūno non piouе, l'inuernata ha da esser fredda.

contem-

contempera la siccità insieme con la frigidità, che sono stati inanzi, gli huomini saranno molto più sani.

Ma se l'autunno sarà Australe, & piouoso, & l'inuernata boreale, & secca, nel fine dell'inuernata ò poco prima quelli che fanno molto essercitio, hauendo il corpo pieno d'humidità, perche tirano a se molto più aria densa, & fredda, che percuote, & stringe il petto, patiranno dolor di coste, & freneſie, causate dalla mala dispositione di quella membrana, che diuide li membri naturali, dalli spirituali, cioè il ventre dal petto, chiamata da' Greci διάφραγμα, & da' Latini septum transuersum, che saranno mortali; percioche l'aria, che li circonda, ch'è fredda, & secca, impedisce lo sputo. Ma al fine dell'inuernata, quelli, c'haueranno fomentato con li copiosi cibi gli humori di prima generati, & sparsi per tutto il corpo, & massime per la testa, & appresso haueranno le carni tenere, patiranno rispele nella faccia, ò pustule, tosse per tutto il corpo, & questo accaderà, perche il vento di Tramontana percuote tutta la pelle, & massime la faccia, & constringe tutti li meati della pelle, onde è necessario, che gli humori superflui mandati ad essa, iui si ritengano, ritenuti si putrefacciano, & putrefatti causino mordicatione, & altri mali.

Li mali che nascono nel fine dell'inuernata, che sia stata Settentrionale, & secca, quando l'autunno è stato prima Australe, & piouoso.

L'effetto cattiuo della Tramontana.

Appresso, se sopragiongeranno le febri, vi saranno accompagnati tosse, & horrori, ma nel fine delle febbri, se sudaranno, perche sarà indittio, che i meati della pelle, che prima erano serrati, si saranno aperti, sarà segno molto salubre.

Se l'autunno sarà Aquilonare, & humido, & nel principio di esso il Teuere crescerà tanto, che innondi la città di Roma, come fece l'anno 1557. & l'inuernata sarà parimente Aquilonare, dopò il solstitio, gli amalati, & massime quelli c'habitaranno al piano di terra, ò che saranno molto grassi, moriranno la maggior parte, & nelle febri si vederanno quelle macchie per la vita, che si chiamano rossolie, freneſie, letargie, ò qualche altra mala passione di testa: percioche il Sole dopò quello solstitio muta i nostri corpi d'vna contraria alteratione, da quello ch'esso soleua far prima, & da quello al qual noi eravamo prima assuefatti per molti giorni; & la troppo grande humidità dell'aria, accresciuta ogni giorno & dalle pioggie, & dalle inondationi delle case, soffoca il calor naturale, se è forte, ma se è debile, aiutata dal freddo Aquilonare lo estingue affatto, & appresso riempie oltra modo le teste de gli huomini, come che siano capacissime, & poi che sono piene le constringe, aiutata dalla loro densità, intorno intorno, causata dal fred-

Li mali che nascono quando l'autuno è Aquilonare, & humido, & il fiume cresce, & l'inuernata Settentrionale.

L'effetto cattiuo che seguita, quando il tempo è humido, & il fiume è cresciuto, come fu l'anno 1557.

do Aquilonare, & prohibisce affatto, che non transpirano.

Li mali che nascono quando l'autunno, & l'inuernata regna l'Aquilone sereno.

Se nell'autunno, & nell'inuernata regnarà l'Aquilone sereno, perche da esso li corpi si fanno stitici, hauendo gli humori stretti, & densi patiranno difficoltà di orina; ma nell'arriuar della primauera, riscaldati gli humori dall'aria che li circonda, & liquefatti alquanto, & per questo riempiti più che non erano, sentiranno molestia per la grande abondanza, onde molti & molti si ammalaranno, ma non di mortal'infermità, come quelle, che facilmente si leuaranno, ò con il cauar del sangue, ò con il mangiar poco, ò con medicamenti purganti, ma leggieri; perche il ventricolo, si come per tutta l'inuernata è stato pieno, così non può tolerare le smisurate euacuationi.

Li mali che nascono quãdo nell'autunno, nell'inuernata, & nella primauera regna l'Austro cõ la pioggia.

Se nell'autunno, nell'inuernata, & nella primauera regnarà l'Austro con la pioggia, oltra quelle cose, che si diranno, quando l'inuernata insieme con la primauera sarà Australe, & piouosa, nell'estate, i putti prima patiranno, & massime circa la testa; & più saranno pericolosi li pieni, & grassi, che li magri: & perche l'Austro di sua natura riempie la testa, & li putti naturalmente hanno la testa molto piena, si riempiono anco, più con la giunta del vento Australe; & si come più facilmente si alterano, così molto più, & più presto sentono questa lesione, come si vide l'anno 1569.

Li venti che furno l'anno 1569.

Li mali che nascono quãdo l'inuernata sarà tepida, australe, & serena, & la primauera sarà simile all'inuernata.

Se l'inuernata sarà tepida, australe, & serena, & la primauera similmente sarà tepida, australe, & serena, li corpi humani in tutto, & massime le vene, le arterie, & la testa s'empiranno d'una sostanza flussibile, & di facile corrottione; & per questo gli huomini l'estate saranno deboli & fiacchi, & patiranno molte febri putride; & di queste la maggior parte saranno veloci, pericolose, & acute: quelli poi, c'haueranno le narici, & la bocca secca, sentiranno dolor di testa; & quelli, c'haueranno il corpo stitico, patiranno quella specie di flusso, chiamata dissenteria; il che accaderà molto più a quelli, che habitaranno nell'Hortaccio, ò in Borgo.

Li mali che nascono, quando l'inuernata, & la primauera sarà tepida, australe, & piouosa.

Ma se l'inuernata insieme con la primauera sarà tepida, australe, & piouosa, quelle donne c'haueranno da partorire la primauera, facilmente, & per leggier causa si sconciaranno, per hauer il corpo tutto rilassato; & tutti gli huomini, al tempo dell'estate, saranno tanto più soggetti a quei mali, c'hauemo raccontato poco di sopra, quanto più l'Austro piouoso al tempo dell'inuernata, & della primauera è peggiore che il sereno; & quanto più opportunamente, & a tempo piouerà nell'estate, tanto manco amalati vi saranno; & quanto meno piouerà, tan-

Quando l'estate non pioue, sempre vi sono più infermi, & la causa di tal effetto.

to più ve ne saranno: percioche se l'estate, (come già hauemo detto) non piouerà a tempo debito, (intendendo per estate, quel gran caldo, che suol far in tal tempo) soprauenendo essa, & raddoppiandosi il caldo più del solito, con vno smisurato augumento, si rende affatto intolerabile: percioche la terra, humettata dalle passate pioggie, manda i vapori suoi più grossi, & più densi nell'aria, che la circonda; ilqual fatto più grosso, & più denso, si rende anco atto al riscaldar molto più, come quello, che con la sua densità può meglio conseruar il suo calore; come fa il ferro affocato, che più riscalda che la fiamma. Ma se piouerà al suo tempo, ancor che l'aria sia assai grossa, & densa; nondimeno soprauenendo nuoue pioggie, le notti si rifrescano, & smorzandosi quel gran feruore, nasce in cambio suo il mediocre calore; onde è necessario, che gli huomini si sentino meglio. Ma se fuori di tempo piouerà, come saria circa il principio dell'estate, & nel nascer della canicola, quando principalmente si desiderano le pioggie, pur non piouua; ma poi nell'entrar del Sole in Vergine, cioè quasi nel principio di Agosto, ò poco più, di nuouo piouua, questo sarà causa, che se bene prima, cioè quando il Sole caminarà per Cancro, & per Leone, vi saranno pochi amalati; nondimeno dal principio d'Agosto sin al fine di Settembre si scopriranno molte febri putride, & massime con lesione di testa, come interuenne l'anno 1568.

Il dãno che seguita quando piouе nel principio, & nel fine dell'estate, & non nel mezo.

Nota li mali che furno l'ãno 1568.

Ma se l'inuernata, & la primauera saranno freddi Aquilonari, & sereni, le persone saranno bene per vn poco di tempo più agili, più colorate, & più pronte al senso dell'vdito; ma in breue tempo sentiranno tosse, lesione nel canal della gola, difficoltà di orinare, horrori, dolori di petto, & di fianchi, & i dolori di podagra saranno più atroci: percioche l'asprezza dell'aria impedisce la risolutione, & appresso, haueranno il ventre duro. La primauera poi è nociua a quelli, che sono molto vecchi, & a' fanciulli, & massime a' magri; ma mortale a i tisici, & molto consumati. Quelli anco, che si sentono la testa piena, ò conturbata, ò con dolore, se haueranno le fauci, & il palato secco, & le narici chiuse, & le lagrime calde, saranno molestati da infiammationi di gola, le quali per il più termineranno male: Ma se il petto sarà stretto, & magro, & la loro respiratione, che per ciò ha da esser densa, sarà impedita, sentiranno dolori di fianchi acuti, infiammationi di polmone, & simili altri mali; li quali, se il capo, & il polmone haueranno per qualche tempo innanti hauuto qualche lestone, saranno mortali per la maggior parte. Le donne poi, le quali haueran-

Il danno, che seguita, quando l'inuernata, & la primauera sono freddi, secchi, sereni, & Aquilonari.

A' quali sia nociua la primauera.

Quando occorre che le donne partoriscano innanti al tempo.

nè da partorire alla primauera, ò che si sconciaranno alquanto di prima, ò se partoriranno in tempo, il parto sarà con qualche loro notabil molestia. Anzi vi saranno alcuni vecchi, & massime quelli c'hanno il calor naturale debole, & che sono soliti a patir vertigine, mancandoli lo spirito, si faranno apopletici, & se ne moriranno; il che accaderà, perche non potendo essi nodrirsi, per causa del freddo Aquilonare, il loro calore naturale s'estinguerà: l'estate poi, ancor che quei mali si sogliano mitigare; nondimeno quelli, a' quali per Aquilone sarà restato il ventre duro, patiranno dissenterie pericolose: quelli poi, li cui occhi dal medesimo vento haueranno notabilmente patito, & saranno fatti deboli, appresso a questo s'infiammaranno; & tutte quelle febri, che occorreranno, saranno ò molto acute, & mortali, ò almeno duraranno lungo tempo; & la ragione è questa, percioche percuotendo questo vento principalmente la testa, & il polmone, & poi il cuore, & le arterie, caccia in essi tutti quelli humori che può: talche sopranenendo insieme il caldo, perche gli humori di prima condensati si liquefanno, & liquefatti hanno bisogno di maggior luogo, per questo i membri nobili ampliati, & empiti dallo spargimento di questi humori, si perturbano per questa causa con maggior molestia, onde poi è necessario, che ne seguitino i sudetti mali.

Nota alcuni mali che vegono a i vecchi in quelli tẽpi.

Quali mali vengano l'estate in simile stagione.

La causa di tali effetti.

Ma se l'inuernata, & la primauera soffiarà l'Aquilone freddo, i corpi per all'hora saranno bene più gagliardi, & più atti alla concottione; ma l'estate, se non piouerà, quando sopragiungerà il gran caldo, pareranno più pieni, & più belli, ma dipoi patiranno febri putride, infiammatione d'occhi, dissenterie, le quali per la maggior parte saranno salubri; & di più, se al debito tempo piouerà, quasi tutti viueranno in sanità.

Quando l'inuernata, & la primauera regnarà Aquilone con pioggia, quali mali seguitano.

Ma se l'inuerno regnarà l'Aquilone con siccità, & la primauera sarà piouosa, & Australe, l'estate caderanno quelli effetti, che narra Hippocrate nel terzo de gli Aforismi, (come presto diremo) nondimeno la primauera, se le pioggie verranno con misura, perche contemperano l'asprezza, & la frigidità dell'Aquilone, ne seguiranno pochi mali, & questi saranno salubri. Ma se verranno senza misura, perche disconcertano tutto il corpo, quelli, a i quali la pelle sarà percossa da i colpi dell'Aquilone nel modo come se fossero frustati d'ogn'intorno (ilche accade a i fanciulli, & a quelli c'hanno la carne tenera) nelle loro febri gli sopragiungeranno quelle macchie per la vita, che si chiamano rosolie, ouero varole. Quelli, a i quali le fauci facilmente si

Quali mali seguitano, se l'inuerno è Aquilonare, secco, & la primauera Australe con pioggia.

ina-

inaspriscono, perche sono molto percossi dall'Aquilone che spesso tirano a se per la respiratione, & dall'istesso anco si condensano; soprauenendo poi l'humido Australe, si come empie la testa, così da quel membro casca con grande impeto alle fauci, & iui produce infiammationi molto pericolose. Ne gli huomini poi, che patiscono crepature intestinali, la parte per la quale esce l'intestino, come quella che è più lubrica, si rilassa anco sopra modo, per la copiosa humidità, che scende al detto luogo: onde ne seguita, che vscendo fuori l'intestino con impeto, molto più si riempie; nè potendosi cacciar dentro, è causa spesse volte della morte.

Accade poi ancora, che cascando l'humor della testa, si gonfiano i piedi a quelli, che gli hanno deboli; ma d'estate, pur che non pioua, nè faccia freddo, soprauengono febri putride; & questo accade, perche i corpi, & le carni sue hanno i meati stretti per il freddo dell'inuernata passata; ma per la stagione della primauera sono pieni d'humore, talche sopragiungendo il gran caldo, ne seguitano le febri putride, le quali per la maggior parte sono acute, & anco mortali, perche gli humori ritenuti da ogn'intorno si putrefanno, & anco perche le forze non possono resister a così veloce, & copiosa putredine.

Quelli poi c'hanno le narici, e la bocca secca, patiscono infiammationi d'occhi; & quelli, il cui ventre è stitico, patiscono dissenterie: il che accade principalmente a quelli, che di natura sono humidi, perche questi tali sopra tutti gli altri si empiono dell'humidità della primauera; cosa, che si conoscerà più chiaramente con questo essempio: perche, se si metterà in luogo humido vno determinato peso di panno di lana, insieme con vgual peso di lana, che non sia ridotta in altra figura, di quella che gli ha data la natura, la lana ch'è molle, & rara, tirarà assai più quantità d'humore, che non farà il panno, ch'è denso, & duro; così questi tirano a se molto maggior quantità d'humore, che non fanno quelli, c'hanno il corpo suo denso, & spesso: il simile accaderà ancora a tutti quelli, che in qualche modo haueranno preso in se, & ritenuto gran copia d'humidità; come interuiene a quelli, che nel grande ardore dell'estate, non potendo comportar il caldo, beuono assai, & in ogni altra maniera si humettano: perche, essendo quel caldo intolerabile, sono forzati a bere assai, & a cercare il fresco in qualche maniera; tanto più, perche per il gran caldo non possono dormire nè di notte, nè di giorno, nè manco cuocere il cibo nello stomaco: onde, essendo raunata in quei corpi gran copia di crudità, è necessario, che per lo

Nota questo essempio.

In che modo si raunano le crudità.

simi-

ſmiſurato calor del Sole, gli ſoprauengano queſte grandi putredini, & queſti mali così pericoloſi. Anzi di più, che ſe bene non ſarà la ſtagione tale com'haueuo detto, & che l'inuernata ſia, ò ſecca, ò humida, ò Auſtrale, ò Aquilonare, pur che pioua di primauera, eſſendo la città di Roma naturalmente humida, ancor che l'eſtate non pioua, è neceſſario che gli huomini patiſchino le infirmità c'hauemo detto, ò altri ſimili mali: Ma ſe in queſto tempo piouerà, talmente che quello grande calore ſi rimetta, in maniera che ſia tolerabile, & gli huomini poſſano riposar di notte, ne ſeguirà che non ſaranno moleſtati d'alcuno de queſti mali, ò ſe pur ſe ne vedrà alcuno, ſaranno, & più rari, & più piaceuoli; & di più, quelli c'haueranno la febre ſudaranno copioſamente; nè vedo che la coſa poſſa eſſer altrimente, (ſe bene alcuni con poca ragione credono il contrario) perche eſſendo gli huomini in queſta ſtagione, moderati nel viuere, è neceſſario che dormino bene, & che facciano buona concottione: Così dice Hippocrate nel libro dell'aria, & de' luoghi.

L'vtile che ſeguita quando d'eſtate piouo.

Se l'inuernata ſarà ſecca, & boreale, & la primauera Auſtrale, è neceſſario che nell'eſtate vi ſiano molte febri, & che vi ſia abondantia di lacrime ne gl'occhi, & altre coſe che ſeguono. Poi dice: Se circa il naſcer della Canicola ſeguitarà acqua, & tempeſta, & i venti chiamati Etheſie regneranno, ſi potrà ſperar che ceſſeranno tutti queſti mali, & che l'autunno ſeguente ſarà ſalubre. queſto dice Hippocrate. Et per dir in vniuerſale, ſe l'inuernata regnarà l'Aquilone con la ſiccità, & la primauera ſarà piouoſa & Auſtrale, l'eſtate ſeguente, pur che ſia freſca, intendo hor per freſca, quando il ſuo caldo è tolerabile, & di notte ſi potrà ripoſare; s'ha da ſperar ch'ella ſarà ſaluberrima, ò ſecca, ò piouoſa che ſia.

Quali mali ſeguitano ſe l'inuernata e ſecca, & boreale, & la primauera piouoſa, & Auſtrale.

Ma ſe l'inuernata ſarà Auſtrale, & tepida, & nella primauera regnarà l'Aquilone freddo, & ſecco, percioche l'Aquilone produce il ſuo effetto molto più preſto, che non fa l'Auſtro, & maßime nella città di Roma, nella qual corre per queſto grande canale a guiſa d'vno velociſſimo fiume, oltra ch'anco di ſua natura è prima vehemente, & poi piaceuole, contra quello che ſoglia eſſer l'Auſtro, ne ſeguita che i mali che ſopraſtanno, non ſi prolongano ſino all'eſtate; ma le donne le quali hauriano da partorir la primauera, hauendo il ſangue molto acquoſo per la grande humidità dell'inuernata paſſata, & molto pronto alla putredine per la ſua tepidità, & tanto più quello della matrice, & di più ſtringendoſi eſſa in ſe ſteſſa per l'aſprezza del vento Aquilone,

Quali mali ſeguitano, ſe l'inuernata ſarà Auſtrale, & piouoſa, & la primauera Aquilonare, & ſecca.

Quando le donne facilmente ſi ſconciano, & per qual cauſa.

lone, ne seguita che per quella compressione il sangue si separa dalla Matrice, onde per qual si voglia leggier causa si sconciano: Ma se ancora partoriscono bene, è necessario che i loro figliuoli siano mal sani, ò che presto muoiano, ilche accaderà per le medesme cause; per esser mal nutriti. Ma quelli che saranno molto vecchi, perche per la loro debilità non si possono molto essercitare, onde anco non possono così facilmente cacciar fuori le superfluità, redondando anco l'humore, che già l'inuernata inanti è entrato in tutto il corpo, & massime nella testa: ne segue, che per forza dell'Aquilone, si caccia dentro nel corpo, & si constringe alle parti più interne; onde poi se questo effetto si fa pian piano, ne nascono distillationi, & catarri; ma se si fa in vn subito, ne seguita la morte, ò almeno paralisia. Anzi essendo il ventre stitico per l'Aquilone, tutta quella humidità, ch'è restata ne' giri de gl'intestini, iui si corrompe facilmente, & massime perche di continuo si và mescolando con li putridi escrementi, & poi che è putrefatta, stimola, & morde gl'intestini, & è causa che in essi si generino infiammationi, vlcere, scabie, & anco dissenterie. Ne gli occhi poi si generano infiammationi secche, essendo essi prima nell'inuernata troppo debilitati dall'Austro, & nella primauera percossi, & morsicati dall'Aquilone; & l'vno, & l'altro segue per cause assai euidenti, poiche le infiammationi de gl'occhi si fanno, perche tra i luoghi della testa, gli occhi patiscono più dall'Aquilone, che non fanno nè le orecchie, nè le naricj; & sono secche, perche l'Aquilone consuma, & essicca di fuori tutto quello humido, che ne i corpi viuenti gli si fa inanti, come si vede manifestamente nel tempo dell'inuernata, poiche mentre che questo vento spira, la pelle si fà crespa, & secca, & massime nelle mani.

Onde nascano li flussi di ventre, & le dissenterie.

Onde nascano le infiammationi de gli occhi.

Come le mani si fanno secche al tempo dell'inuernata.

Ma perche se piouerà l'estate, alle volte vi sono molti amalati, alle volte pochi, non mi pare fuori di proposito di nuouo replicare, che quando la primauera è secca (non importando che all'hora regni ò l'Austro, ò l'Aquilone) se nell'estate in qual si voglia tempo piouerà, seguirà sempre maggior copia di quei mali, c'hauemo detto, che non sarà se non piouerà; all'opposito quando la primauera è piouosa, se l'estate piouerà a tempo opportuno (come hauemo detto) vi saranno pochi amalati; ma se non piouerà, ne saranno assai, eccetto se forse ogni giorno la mattina regnerà il vento di Leuante, il mezo giorno l'Austro, la sera il Zefiro, cioè Ponente, & la notte l'Aquilone: percioche questo circolo di venti, si come l'estate fa l'aere puro, sereno, & temperato, così suole essere causa di sanità grande ne' corpi humani. Se adunque la primauera

Quando la primauera è secca, & la estate pioue, sempre vi son di molti infermi.

Quando la primauera piouc, & l'estate non piouc, vi sono molti infermi; ma, se non piouc, vi saranno pochissimi.

Nota l'vtile che seguita, quando spirano questi 4. venti, l'vno appresso l'altro.

Quello che seguita, quando la primauera è secca, & l'estate pioue.

mauera sarà secca & l'estate pioua, l'aere, che ne scorre intorno, ilqual a Roma è grosso, & denso, diuenta anco più grosso, & più denso, dal qual poi, quanto più il caldo è ritenuto tenacemente, (si come prima hauemo detto) tanto più si fa vehemente, & molesto; ma se non piouerà, si come è più sottile, essendo fondato nel secco, & nel caldo, è anco manco tenace di caldo, per la contraria cagione; & a questa maniera comparandolo con quell'altro, acquista vn caldo più tolerabile, & più atto alla respiratione.

Quello che seguita, quando la primauera, & l'estate pioue.

Ma se la primauera sarà piouosa, & parimente l'estate vi saranno conuenienti pioggie, non potrà il caldo crescer troppo, massime essendo la terra molto humida per le pioggie passate, & susseguenti, cosa che si conosce chiaramente dal rinfrescar che fa il giorno, & la notte,

Quello che seguita, quando la primauera piouc, & l'estate non piouc.

mentre ch'occorrono queste cose; ma se non piouerà, dall'humidità della terra nata dalle pioggie della primauera, ne nascerà vno vapore grosso, denso, & caldo, dal quale poi ne seguita vn'intolerabile calore, eccetto però se in quel tempo regnarà quel circolo di venti, del qual hauemo detto poco di sopra.

Quello che seguita, se l'inuernata piouc per l'Aquilone, & la primauera per l'Austro.

Se l'inuernata, & la primauera saranno piouose, ma quella per lo Aquilone, & questa per l'Austro, in questa si vedranno grauezza di testa, dolori, parotidi, cioè apostemc dietro le orecchie, raucità di voce, le quali per la maggior parte saranno salubri, come quelle, che facilmente si potranno leuare con medicamenti purganti, ma molto più co'l cauar del sangue, & questa sorte di male accaderà, perche la testa non solo ha riceuuto l'humidità dell'inuernata, ma anco s'è ricmpiuta più per l'impulsione, & spessezza causata dal vento Aquilone; & poi sopraueuendo la pioggia, la qual per causa dell'Austro è calda, & crescendo in alto il Sole, ne seguita, che l'humore penetrato, & insaccato nella testa, si strugge, & si liquefà in quel modo, che fa la neue sopra i monti al tempo della primauera, onde ne seguitano poi li sudetti mali.

Quello che seguita, se l'inuernata, & la primauera regnara l'Austro, o'l Garbino.

Se nell'inuerno, & nella primauera soffiarà Austro, ò Libeccio, & piouerà, all'estate seguente correranno pericolo d'amalarsi quelli, che habitano in Borgo, & nell'Hortaccio; eccetto però se la Tramontana non si farà sentire: ma se ciò accaderà, tutta la città sarà sana. Ma se dalle bande di Settentrione soffiarà ogni giorno il Greco, quelli c'habitano in Borgo sentiranno maggior lesione; & se regnarà il vento chiamato Maestro, intraucnirà il medesimo a quelli, c'habitano nell'Hortaccio; percioche l'vno, & l'altro di questi venti, passando per il letto del Teuere, porta seco i vapori suoi, & per il sito si fa humido, se bene

Come questi venti, se ben son sani, si fanno mal sani.

è secco,

è secco, in quell'istesso modo, come se si conuertisse in Austro: onde poi passando per li detti luoghi, si trattiene, si corrompe, & è causa di varie infermità.

Se l'inuerno, & la primauera saranno Australi, & piouosi, & la estate sarà Australe, & secca, quelli che sogliono hauere la testa piena, il corpo stittico, & che sputano molto, nell'estate, prima cascaranno in dissenterie, poi in infiammamenti d'occhi, indi in dolori di gionture, & vltimamente in febre.

Quello che seguita, se l'inuerno, & la primauera sono Australi & piouose, & l'estate Australe, & secca.

Se l'inuernata sarà serena con il vento Aquilone, la primauera Australe, tepida, & serena, all'hora le pleuresie, cioè le posteme di petto, ò ponture, che cascano la primauera, perche il tempo sarà tepido, non saranno punto mortali, & in somma vi saranno pochi amalati; & così, se l'estate la mattina regnarà il Leuante, di mezo giorno l'Austro, la sera Ponente, & di notte l'Aquilone, & così per vn pezzo ogni giorno spireranno, ancor che quell'anno vi fosse copia grandissima di frutti, il tempo però sarà salubre, & vi saranno pochissimi amalati, si come fu l'anno 1567.

Quello che seguita, se l'inuernata è serena co'l vento Aquilone, & la primauera Australe, & secca.

Nota la stagione dell'anno 1567.

In somma, ancor che nell'inuernata regni Aquilone, ò l'Austro, & nell'vno, & nell'altro vi sia serenità, ò pioggia, & in quel modo passi ancora la primauera; nondimeno, se nell'estate poi seguente regnarà la mattina il Leuante, il mezo giorno l'Austro, la sera Ponente, & la notte l'Aquilone, & con osseruare il medesimo circolo questi venti regnaranno continuamente per vn pezzo, all'hora in quel tempo quasi non si generarà alcuna infermità; & se pure alcuna ve ne sarà, sarà breue, & salubre: è ben vero, che alcuni sentiranno dolor di testa, ad alcuni altri, ancor che non vi siano soliti, verrà il flusso di sangue di naso; & questo sarà, perche ogni vento causa pienezza di testa.

In qual tempo vi saranno, o poche, ò nessuna infermità.

Se nella primauera regnarà l'Aquilone con pioggia, & l'estate l'Austro con serenità, quelli che sogliono bere, & essercitarsi assai, circa al fine dell'estate per la maggior parte s'amaleranno, perche gli verranno febri, massime con dolor di testa; & in quelli, che correranno qualche pericolo, poi che il male sarà fermato nella testa, terminerà all'vltimo in paralisia, ò letargo, ò qualche altro simil male; & questo sarà, perche tirando costoro gran quantità d'aria, i capi loro, & le milze si riempiranno oltra modo, non solo dalle pioggie della primauera, ma anco dall'Austro dell'estate; ma a quelli, che fuggiranno questi pericoli, s'enfiarà la milza: il che accaderà principalmente nell'Hortaccio, & in

Quello che seguiti, quando nella primauera regna l'Aquilone con pioggia, & l'estate Austro con serenità.

Borgo, doue il vento dell'Austro regna più ch'altroue (come hauemo detto) ma se nell'Autunno piouerà, & l'Aquilone spirarà, tutti questi mali del tutto cessaranno.

Quello che seguiti, quando la primauera, & l'estate pioue assai.

Se nella primauera, & nell'estate piouerà assai, nell'estate vi saranno pochi infermi: è ben vero, che quelli, che saranno molto vecchi, correranno pericolo d'apoplesia, ò di qualch'altro simil male, (come fu l'anno 1568.) percioche il Sole, riscaldando li loro capi deboli, tira là sù gli humori dalle parti da basso: la pioggia poi li riempie anco più, essendo già piene per la primauera, & non euacuati per la debolezza; per le quali cose, fatto il ceruello del vecchio più graue, sforza spesso questi tali, ò cascar in terra, ò farsi del tutto attoniti.

Nota la stagione dell'anno 1568.

Quello che seguiti, quando l'estate è Australe, & serena, & l'autunno Australe, & piouoso.

Se la state sarà Australe, & serena, & l'autunno Australe, & piouoso, in modo però che quando cessaranno le pioggie, subito regni l'Aquilone, & questo segua non vna volta, ò due, ma spesso, & spesso, si ha da temere, che nel principio dell'innernata regnaranno gran catarri dalla testa al petto, con tosse, & questo sarà in generale, (come fu l'anno 1562.) ma questi mali accaderanno più a gli huomini, che alle donne, perche anco s'espongono più all'aria commune; & ciò accaderà, perche le teste de gli huomini grauate & dall'Austro dell'estate, & dal copioso & freddo bere, (cosa che l'huomo è forzato a fare, non solo dal gran caldo dell'estate, ma ancora dalla siccità entrata ne i polmoni per via dello stesso caldo) si riempiono insieme con li polmoni, & poi si riempiono ancor più per la pioggia dell'autunno, onde poi l'Aquilone molesta con maggior vehementia li polmoni, che già sono mal disposti per il freddo, & copioso beuer dell'estate. Alcuni poi saranno trauagliati da pleurisie, alcuni da sputi di sangue con tosse, & la maggior parte di questi mali saranno mortali, alcuni patiranno infiammationi di fauci, & a molti, cioè a quelli il cui corpo sarà stittico, & haueranno beuuto assai l'estate inanti, patiranno flusso di corpo d'acri, & caldi humori, liquali però non rare volte saranno dissenterici; la causa del flusso sarà, perche gl'intestini ripieni dal beuer dell'estate, & dall'humido dell'autunno, & appresso serrati, & più stittici per il freddo dell'Aquilone, & raddoppiato, & ritenuto in essi quell'humore, ilquale poco dipoi s'è corrotto, & fatto acre, non potendo più trattener in se stessi quell'humore, ilquale per la putredine, è fatto oltra modo pungente, & mordace, per questo sono prouocati, & stimolati all'espulsione,

Onde nasca il flusso del corpo.

onde

onde poi ne seguita il flusso di corpo. Non si fanno poi in essi alcune vlcere, nè si fanno dissenterici, perche il freddo dell' inuernata, altrimenti di quello che fa il caldo dell' estate, non lascia che l'humore arriui a quel grado di putredine, che possa produrre alcuna vlcera ne gl' intestini.

Quello che seguita se l'estate regnerà l'Aquilone secco, & l'autunno l'Austro con pioggia.

Non dirò hora, che se nell' estate regnarà l'Aquilone con siccità, & nell' autunno l'Austro con pioggia, che nell' inuernata (si come dice Hippocrate) saranno dolori di testa, tossi, raucedini, & grauezze, & alcuni ancora si faranno tissici; ma se l'autunno sarà Aquilonare senza acqua, sarà salubre a quelli, che sono humidi di natura, & specialmente alle donne: gli altri poi saranno soggetti a febri acute, a grauezza di testa; in alcuni anco dominarà bile adusta: percioche in tale stagione la maggior parte di questi mali sono communi, non solo a Roma, ma anco alle altre Cittadi.

Le stagioni breui sono migliori che le longhe.

E' anco da sapere, che in qual si voglia tempo, se la stagione sarà breue, & si conuertirà in vn' altra contraria, che pure anco sia breue, se pur sarà causa di qualche infermità, tutte quelle non solo non saranno mortali, ma anco si cureranno facilmente; & per il contrario, se vna longa stagione si mutarà in vn' altra longa a lei contraria, li mali parimente saranno di difficil cura; & di più, ò che termineranno presto con morte, ò che saranno molto longhi, & per dirlo in generale, tutte le mutationi, che si fanno dall'vno contrario all' altro, se sono vehementi, causano anco vehementi mali; se anco sono leggieri, li producono leggieri, & alle volte ancora, non producono male alcuno.

Le mutationi d'vno contrario in vn'altro sempre sono cattiue.

Quello che seguita quando l'estate l' Aquilone secco, & poco dipoi l'Austro con humidità.

All' estate poi, se prima regnarà l'Aquilone secco, & poco dipoi fuori di tempo venga l'Austro con humidità, sarà necessario, che in quel tempo vi sia tanto maggior copia d'amalati, quanto più l'humore tirato da i corpi con maggior vehementia, per la passata siccità, & congiunto col caldo, si rende più facile alla putredine; & per il contrario è necessario, che vi siano tanto meno amalati, quanto il secco col caldo è più salubre, che non è l'humido, con l'istesso caldo; onde in questa stagione si eccitano quei mali, i quali può causar l'Austro; in quest' altra poi, quelli, che può causar l'Aquilone, il quale sia contemperato dal calore della estate.

Ma

Quello che seguita quando l'inuernata regna prima l'Austro, & poi l'Aquilone.

Ma l'inuernata, quella stagione, nella quale regnarà prima l'Austro, & poi l'Aquilone, sarà peggiore di quella, nella quale regnarà primo l'Aquilone, & poi l'Austro: percioche quella, insieme co'l freddo dell'inuernata, caccia in dentro, & massime nella testa, tutto l'humore copioso, che prima vi era; onde serrando poi di fuori li meati, & la via de gli escrementi, & ritenendo di dentro quell'humore, lo fa atto alla putredine, ò che lo fa cascare a qualche parte; per il che aggiongendosi anco quelle cause, che di sopra habbiamo detto, sarà occasione di sconciarsi alle donne, le quali per quello tempo aspettaranno il parto: & perche il freddo dura molto tempo, ne seguiterà spesso la morte, dopò il detto parto, quest'altra stagione congiongendo il copioso humore col freddo dell'inuernata, perche rende humide, & lubriche quelle vie del corpo, che prima erano state essiccate, e strette dall'Aquilone; & appresso congiunge quell'humore con il freddo della inuernata, proibisce, che di dentro non si corrompa, ouero che non vada altroue, che per le vie communi, & è di danno solamente a quelli, che patiscono apoplessia, ò catarri.

Quello che seguiti quando regna prima l'Aquilone, & poi l'Austro.

Et è anco da sapere, che si come la stagione di tutto l'anno secca, & non acquosa, è più sana che l'humida, & piouosa, così la pioggia che viene dall'Aquilone, è manco morbosa che quella che viene dall'Austro.

Quello che seguiti, quando l'inuernata, sarà prima fredda Aquilonare, & serena, & poi piouosa.

Se adunque nell'inuernata molto fredda, sarà una stagione Aquilonare, prima serena, & poi piouosa, in questa li vecchi sentiranno gran difficoltà d'orina, la quale gli verrà, & per l'estate, & anco per causa dell'Aquilone; ma poi con l'aumento che farà quella materia accresciuta per l'humidità dell'aria, si farà molto più molesta, & alcuna sarà mortale: & la causa di tal effetto, sarà questa, perche, i luoghi dell'orina sono rilassati, rugosi, & crespi, & l'orina in questi tali si trattiene più del douere, concorrendoui insieme la constrittione dell'Aquilone: onde ritenuta si corrompe, corrotta morde, & mordendo non così facilmente si rende.

La causa di tali effetti.

Quello che seguiti, quando regna l'Austro sereno.

Se quasi per tutto estate haurà regnato l'Austro sereno, sarà necessario che circa al fine d'essa, nell'Hortaccio, & in Borgo, & in altri luoghi, che guardano verso questo vento, ma che però non gli lassano hauer il libero esito, poiche in quel luogo ritenuto

si

si corrompe, (si come hauemo detto di sopra) vi siano molti amalati di febre putrida, massime con dolor di testa.

Ma se l'Aquilone inanti giorno, & ogni mattina quasi, sino a mezo giorno durarà, si può aspettar gran sanità, percioche correndo esso per questa Città, come per vno canale, (si come hauemo detto) & essendo più gagliardo iui, che altroue, caccia, & disperge tutti quelli vapori, & humori cattiui, che per il passato gli altri venti hanno lassato a dietro. Quello che seguirà, quando spira l'Aquilone, da l'Aurora, sin a mezo giorno.

Oltra di questo tutte le stagioni fredde, & massime all'estate, ò piouose, ò secche che siano, sempre sono molto più sane, che le calde, & sono causa di molto manco infirmità. Tutte le stagioni fredde, sono più sane, che le humide.

Onde giudico, che l'estate calda a Roma, sia molto insalubre, la qual opinione è assai contraria a quella che molti per il passato hanno creduto; & la ragione è questa, percioche l'humido di questa Città, & del fiume è tale, & tanto, che il Sole non può tanto consumar li vapori che di continuo si leuano, perche sono grossi, densi, & spessi, che molti, & molti altri simili per ogni luogo non rinaschino, i quali poi con la grossezza, & densità ritenendo più fortemente il calore, rendono vn caldo, quasi intolerabile: onde non potendo gli huomini comportarlo, dormono male, & peggio digeriscono: talche essendo poi anco sforzati a bere più del douere, per il maggior accrescimenoo di caldo, mettono insieme grandissima quantità di humori crudi, per i quali si acquistano poi diuersi mali, & particolarmente nel petto, ò nella testa; & tanto più, perche l'aria, la quale ne circonda, (si come consta per esperienza) camina, & è tirata prima, & principalmente verso queste parti. L'estate calda, è mal'sana a Roma & la causa perche. L'humido copioso di Roma non si può consumar dal Sole. Il mal che nasce dal gran caldo. In qual de' nostri membri penetra più presto l'aria.

Quando la stagione calda è causa di molti mali, soprauenendo poi la pioggia, ma fredda, si sminuiscono assai.

Le pioggie dell'Aquilone al tempo dell'estate, sono tanto più sicure delle Australi, quanto più le notti da quelle si fanno più fredde, & il gran caldo si prohibisce; anzi se esse verranno spesso nel mese d'Agosto, saranno causa, che i mali, i quali all'hora nasceranno, saranno salubri, & con gran facilità si curaranno. Per qual causa le pioggie Aquilonari sono più sane l'estate, che le Australi.

Et però è da auuertire, che se per sorte in quel tempo, ò poco inanti, cioè nel mese di Luglio, ò d'Agosto, per la piacenolez-

za

za del vento, che ſpirarà, naſcerà per qualche giorno alcuna den-

Le caligini d'eſtate, qual mal portino.

ſa caligine (perche all'hora, per la groſſezza, & denſità dell'aria, vi ſuccede vn certo calore ſoffocato) molti ſi amaleranno di febbre, & maſſime con paſſione di teſta; ma pochi moriranno, perche queſta infermità hauerà hauuto poca, & breue occaſione dalla caligine, & dal caldo. Ma ſe accaderà il contrario, cioè, che molti ſe ne muoiano, tal coſa intrauerrà a quelli, i quali ſtraccati da purgationi preſe fuori di tempo, caderanno in vno profondo ſonno, ouero in qualche altra ſimile infermità di teſta; & ciò auuenirà, non per difetto di natura, ma per colpa de' non periti Medici.

L'eſtate Auſtrale, & ſecca è piena d'infirmità, & l'inuernata humida, è tutta all'oppoſito.

Finalmente l'eſtate, ſe ſarà Auſtrale, & ſecca, ſarà copioſa d'infermità; ma l'inuernata, ſe ſarà ſimile ad eſſa, non potrà eſſer mal ſana.

L'eſtate Aquilonare, & ſecca, è ſana, ma l'inuernata ſimile, è mal ſana.

Per il contrario, ſe la eſtate ſoffiarà l'Aquilone con ſiccità, (percioche il caldo ſi fa per quel vento tolerabile) vi ſarà ſanità; ma l'inuernata, ſe bene foſſe tale, ſarà mal ſana: perche gli huomini ordinariamente patiſcono aſſai dalla vehementia del freddo.

Le ploggie Aquilonari d'Agoſto ſono ſane, ma il Settembre ſono mortali.

Et ſi come le pioggie portate dall'Aquilone il meſe d'Agoſto ſono ſalubri; (perche, ſe bene ſono cauſa di qualche infermità, contemperano però il caldo) così nel meſe di Settembre, ſe perſeuerano, ſono mortali, perche augumentano il freddo, ilquale è inimico alla natura, come fu l'Anno Mille cinquecento ſeſſanta ſette.

Nota la ſtagione dell'anno 1567.

L'eſtate ſe il giorno è ſereno, & la notte nebbia, ò pioggia, quelli che vanno in volta ſentiranno catarri, o dolor di denti.

Biſogna anco hauer memoria, che quando il giorno ſarà ſereno, & la notte ſeguente ſarà ò nebbia, ò pioggia; ma al certo, freddo, quelli, che di tal'hora ſono ſoliti di andare intorno, & di eſporſi all'aria, ſentiranno diſtillationi di teſta, & dolori di denti.

Il medeſimo ſeguita, quando il giorno tutto è nebbia.

Quando tutto il giorno ſarà ſtato nebbia, & che il Sole non ſi ſia mai viſto, quelli che la ſera vanno intorno per la Città, ſentiranno grauezza, catarro, & la voce ſe gli farà rauca.

L'inuernata ſe il giorno è ſereno cõ l'Aquilone ſarà ſana, ma ſe ſarà pioggia, ò nebbia ſarà peſſima.

Ma l'inuernata ſe il giorno ſarà ſereno, regnando l'Aquilone, il freddo della ſera non è mal ſano: ma ſe ſarà pioggia, ò nebbia, ſarà peſſimo: percioche l'aria fatta più groſſa, imprime il freddo più intenſamente; nè quiui importa, che regni, ò l'Aquilone, ò l'Auſtro,

l'Austro; percioche il medesimo effetto ne seguirà dall'uno, & dall'altro.

Nell'estate quando il tempo sereno durarà molti giorni, senza alcuna sorte di venti, si possono pronosticare molti mali; percioche l'aria stando (si può dire) immobile nelle case, nelle strade, & nelle piazze, si corrompe facilmente presto, & si putrefà, dalla qual putrefattione si accendono le febri, & ne seguitano molti altri mali.

Quãdo l'estate dura il sereno molti giorni senza vènti, ne possono seguir molti mali, & perche.

In somma, in qual si voglia tempo dell'anno, se la stagione sarà Aquilonia, & secca, & poi si faccia Australe, & humida, & di nouo ritorni Aquilonia, in questa vltima è necessario, che sempre la testa, & il petto spesso si riempia, & poi seguitino catarri, raucedini, risipile, dolor di petto, & simili altri mali; & la ragione è questa, perche l'aria Australe è tirata in gran quantità alle parti, doue si fanno li sudetti mali, più, & più presto del douere, per la loro passata siccità, & per la sua vehemente agitatione, si condensa in acqua, doue poi cacciato in dentro dall'Aquilone che soprauiene, & iui trattenuto, si corrompe, talche (se pur prima per esser tanto copioso non ne vscirà alcuna parte dal corpo, per via di qualche distillatione) corrotto acquista vna tal qualità, cioè, ò salsa, ò acre, ò amara: per la quale poi la natura stimolata produce li predetti mali.

Quai mali seguitano quãdo la stagione prima è Aquilonare, & secca, & poi si fa Australe, & humida, & di nouo si fa Aquilonare, & la ragione di tali effetti.

Bisogna anco saper, che l'Aquilone non moue sempre gli humori con la compressione (come alcuni si pensano) & già non vedo in qual modo possa eccitar le lacrime da gli occhi, & dalle narici il moco sottile bianco & caldo: & se alcuno dirà, che ciò si fà col comprimer di fuori la testa, & gli ossi: risponderò che il dir questo, sarà goffaria grande, ma non sarà già così a dir che prouoca le lacrime col morsicar gli occhi (come dice Hippocrate) perche realmente si prouocano con la mordacità, ma l'espulsione del moco si fà in altra maniera, perche hauendo il freddo prima cacciato in dentro quell'humore, come si vede nel fango, doue poi putrefatto, acquista vn calore acre, & che abbrusscia, essendo la natura dell'Aquilone di cacciar in dentro gli humori, li quali poi ritenuti mentre che si putrefanno, si liquefanno ancor dal calor contra natura, & esterno, come accade nel fango, & nel ghiaccio.

l'Aquilone non moue sempre gli humori con la cõpressione, & come li moue.

Come si fà l'espultione del moco.

Sapemo ancor che queste stagioni possono variarsi in molti altri modi, ma io lascio le cose che si trouano dalla ragione, senza l'esperienza a

Come le stagioni de' tẽpi si possono variar in molti altri modi, & perche qui non se ne tratta.

quelli, li quali si fondano nelle parole, & nelle opinioni: & perche il medico deue fondarsi in quelle cose che si fanno, hauemo trattato di quelle che per hora ne occorrono, con intentione di scriuerne anco delle altre, se ne verranno alle mani.

Questo basta hauer detto delle stagioni dell'anno, è tempo di trattar delle acque, & di ciò che si beue: & prima trattaremo delle acque, come quelle che anco sono prima di sua natura.

Il fine del primo Libro.

DEL VIVERE

DELLI ROMANI ET DEL CONSERVARE LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Secondo.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.

Delle Acque. Cap. I.

LE Acque, le quali sono in vso a Roma, oltre quella del fiume Teuere, sono di più sorti, perche alcune sono dolci, alcune medicinali; delle dolci alcune sono di pozzo, altre piouane, & altre di fontana, com'è quella della fontana di Triuio; quel fonte piccolino, che è alla ripa del fiume, che guarda verso la Toscana, che è discosto da S. Spirito quasi vn tratto di pietra; l'acqua crabra, la qual'hoggidì si chiama la Marana; la fontana di S. Giorgio, chiamata da alcuni la fontana di Iuturna, hoggidì quasi non sono in vso per bere; le fontane medicinali tutte sono in qualche vso per bere, com'è quella di S. Giouanni nella marmorata vicina alla via Appia, discosta dalla città due miglia: L'acqua vicina a S. Paolo, quella di Anticoli, perche anch'ella si mette tra le medicinali. Quelle di Pozzo vi-

Di quante sorti sono le acque che s'vsano a Roma.

Fõtana di Triuio.
Fonte piccolo appresso S. Spirito.
Fonte dell'acqua crabra, cioè la Marana.
La fontana di santo Giorgio.
Le fontane medicinali quali sono.
La fontana a Sito Gio. alla marmorata.
La fontana di santo Paolo.
l'Acqua d'Anticoli.

La differenza che è, tra l'acqua del Teuere, & l'acqua de pozzi vicini al Teuere.

cine al Teuere, sono della medesima natura del Teuere; ma vi è questa differenza, che non sono sempre d'vn'istessa qualità, perche sono torbide, quando il fiume è torbido; ma quando è quieto, sono chiare. Ma

La differenza che è tra le acque de' pozzi di Roma, & quelle di Borgo.

tra le acque de' pozzi, che sono nella Città, & quelle che sono in borgo, vi è vna grandissima differenza: percioche queste nascono d'vna terra soda, la qual'è assai simile alla creta, & all'arena forte, la qual'è molto tenace, e per questo sono limpide, purgate, sottili, & sane; quelle poi, perche passano per vno terreno composto di frammenti di case, disfatto, quasi tarlato, & spesse volte sordido, & appresso alle Chiauiche, & condotti pieni di bruttezza, sono sporche, grosse, & totalmente nociue, eccetto se per sorte passano per qualche acquedotto artificiale, ouero che nascano da qualche terreno fermo, sodo, & sincero; quelle poi

Le acque de' pozzi di Roma, qual danno portano.

sono molto al proposito per bere, & atte a cuocer le carni, & legumi, &

Le acque de' pozzi di Borgo, qual vtile portano.

a far pane: Queste per il contrario non sono atte ad alcuna cosa tale: Oltra di questo, perche si fermano troppo nel ventre per la sua grossezza, riempiono troppo la milza; & si come anco rendono le carni rosse, & sordide, quando con esse si cuocono, & non bianche, come fa quella del Teuere, così dentro del corpo impediscono la concottione, la quale è molto simile alla elissatione, & fanno che i corpi, perche sono notabilmente escrementosi, siano inchinati a patir obstruttioni, sabbia, & pietra. Et questo basta delle acque de' pozzi, seguitano le piouane.

Dell'Acqua che pioue. Cap. II.

Qual acqua che pioue, è bona.

L'Acqua che pioue, la qual di meza estate è nata in molto tempo dalle nebbie portate sopra l'aria, & che non sia brutta, per gli escrementi de i tetti, & della terra, per i quali passa (si come dice Hippocrate nel libro dell'aria, & dell'acque) è sottilissima, chiarissima, leggierissima, & soauissima, & (per dirlo in vna parola) meglior di tutte.

Qual acqua che pioue, e cattiua.

Ma quando è raunata, & conseruata nelle cisterne, oltra che è solita imbrattarsi, & sporcarsi da i luoghi onde corre, & ne i quali si ferma, ne segue anco, che si può far vitiosa, corrotta, & putrefatta per li vapori cattiui di quel luogo doue nasce (se pure anch'esso hauerà difetto nell'aria) le quali spesse volte si mescolano con le nebbie, che si conuertono in

Quello che dice Hippocrate delle acque da cisterna.

acqua: così sente Hippocrate nel libro dell'aria, & dell'acqua, dicendo: Le acque, che piouono, hanno cattiuo odore: percioche sono poste insieme, & congionte con molte acque, & per tal causa presto, & facilmente si

te si corrompono. Così in quei luoghi doue si beuono le acque paludose, come è a Corneto, & ad altre Città vicine al nostro mare, le quali beuono le acque di cisterna, non sono manco mal sani di quelli, che beuono le altre acque cattiue; eccetto se alcuno volesse attribuire la causa di questo effetto cattiuo all'aria natiua di quel luogo. Di modo, che non è fuor di ragione il credere, che le acque delle cisterne di Roma, siano dell'istessa natura, che sono quelle de gli altri luoghi, c'hauemo detto: percioche anco quiui ad Hostia è vn notabile stagno, circondato dal mare, doue è l'aere grosso, denso, caldo, & humido; onde poi li vapori, insieme con quelli, che nascono a Roma dalle chiauiche, da i pozzi, & dal terreno istesso, saliti in alto, & mescolati con le nebbie, che vengono d'altri luoghi, & poi conuertiti in pioggia, rendono l'acqua, che pioue non manco mal sana, di quella, della quale parlaua Hippocrate. Talmente che è verisimile, che quest'acqua si corrompa facilmente, & che habbia il sapor di terra, & di gambari, (come si dice) il qual è indicio di putredine, & che produca a quelli che la beuono raucità, grauezza di voce, & qualche volta ancora dolor di denti.

Di qual sorte siano le acque di cisterna, che sono vicine a questo Mare.

Di qual sorte sono le acque di cisterna di Roma.

L'effetto cattiuo delle acque di cisterne cattiue.

Se poi è vero, che l'acqua che pioue, astringa, (come pare, che Galeno voglia inferire nel settimo de i medicamenti locali, & molti altri) l'acqua di cisterna nella città di Roma, sarà tanto più cattiua, quanto più gli huomini sentono lesione dalla stitichezza del corpo: percioche, essendo i cibi, che sono in vso a Roma, di poco nodrimento, (onde è necessario pigliarne tanto più spesso, & in maggior quantità, si come a basso meglio si dirà) ne seguita, che gli huomini hanno di bisogno d'hauer il corpo lubrico. Però è espediente conoscer tutte queste cose con l'esperienza; ma per adesso basta hauerle accennate, acciochè da quì inanzi gli huomini incomincino ad auuertirli con maggior diligenza, li quali voglio, che con me sappiano, che le acque, che piouono, le quali si raunano da i vapori de' luoghi spacioſi, & da vn'ottimo, vguale, & salubre aere, nè pigliano alcuna infettione da i luoghi, per i quali corrono, & ne i quali si conseruano, sono sane, & sicure: percioche non componendosi di cose dissimili, come fanno le acque dette di sopra, ma di simili, non così facilmente si corrompono: & perche sono intiere, & quasi pure, (se bene alcuni stimano, che siano alquanto più graui, per la lunga dimora, che fanno in que' vasi così ampli) nondimeno se saranno beuute, & ritenute dentro nel corpo, non possono offendere, per la loro grauezza, più di quello, che facciano i vini chiusi nelle boti, & poi beuuti.

l'Acqua di cisterna, come è peggiore a Roma, che altroue.

Quale sono le buone acque di cisterna.

Della

Della fontana di Triuio, & della Salonia.

Cap. III.

L'acqua della fontana di Triuio era l'aqua vergine.

QVESTO *basta hauer detto delle cisterne, passiamo alle fontane. L'acqua della fontana di Triuio, la quale altre volte si chiamaua Acqua vergine, era più celebrata per toccarla, che per beuerla; ma adesso ha poca forza, così nell'vno, come nell'altro: percioche si sente manifestamente al toccarla, & al beuerla, che poco rifresca. Oltra di questo si vede notabil difetto in essa, che lascia gran sporchezza ne i suoi acquedotti, la quale spesso si conuerte in sasso di notabil grandezza (che si chiama Tartaro). Talche, si come di fuori genera queste dure pietre, così presa per bocca, produce parimente calculi nelle vie, per le quali passa: onde ne seguita, che i Medici, che persuadono a' loro infermi, che patiscono tal male, a beuer di quest acqua, sono in grandissimo errore: nè è bisogno, che s'escusino, che hora si confonda con altre acque forastiere, come con quella, che viene dalla fontana, chiamata la bocca del Leone, la quale per commune opinione di tutti è cattiua: percioche così ben prima, come adesso, si può vedere, che produceua questi tartari in certi acquedotti molto antichi. Talche per ogni ragione s'ha da credere, ch'ella sia cruda, e molto atta a generar delle pietre.*

L'acqua della fontana di Triuio poco rinfresca, & lassa di dietro di molta sporchezza.

Questa acqua genera calculi ne i corpi humani.

Dell'acqua Salonia.

ALTRE *volte hauemo scritto nel presente libro, quello, che già hauemo detto dell'acqua di Triuio; ma adesso, essendo aggiunta a questa vn'altr'acqua chiamata Salonia, non mancaremo di scriuer anco in questo luogo, tutto quello, che fin quì hauemo scoperto intorno a la medesima acqua, la quale con molto maggiore, & incomparabil'abondanza, & copia d'acqua, a guisa d'vn gran fiume empiendo tutto questo canale, con tre gran bocche salta fuori al luogo doue è la fontana di Triuio, & orna quasi tutta la Città di fontane piccole, & grandi.*

Opera di Papa Pio Quarto.

Accioche adunque quest acqua si conducesse in Roma, Pio iiij. cominciò vn maggior canale, fin'all'acqua chiamata Vergine, il qual fu poi

Opera di Papa Pio Quinto, & di Gregorio xiij.

finito da Pio v. & vltimamente Papa Gregorio xiij. ha procurato, che fosse diuisa, & condotta per la Città con li suoi canali, a i luoghi publici, & priuati; & ha anco dato compimento a così honorata impresa.

Que-

Queſt acqua Salonia naſce (come ſi dice) trà l Leuante di eſtate, & il Leuante di primauera, in vn luogo chiamato adeſſo Falonio, ma anticamente (ſi come alcuni vogliono) fu chiamato Villa di Lucullo; la quale (ſecondo alcuni) è diſtante da Roma otto miglia: eſſa prima eſce con impeto con due gran capi d'acqua, ſalta fuori d'vn ſaſſo nero duriſſimo, & molto graue, il quale nel luogo doue naſce l'acqua con gran difficoltà ſi taglia; ma leuato da quel luogo, ancor che ſia ſodo, & ſecco, non ſi taglia con molta difficoltà: è poi anco aſſai graue, & queſta grauità ſi conoſce ancora, quando è ridotto in poluere: oltra di queſto, ha delle parti, le quali con grandiſſima difficoltà ſi riducono in poluere, & alcune con manco; onde ſi può quaſi comprendere, ch'ella ſi compone di certe picciole pietre di marmo, & forſe anco di vetro, traſparenti, & bianche, & di qualche pietra di ſelce; nel reſto poi ha la natura del toffo: oltra di queſto è totalmente ſenza ſapore, & ſenza odore; l'inuernata è calda, l'eſtate fredda, & nel leuar del Sole non è molto fredda, ma nel tramontare è freddiſſima; & queſto è inditio, che naſce nel profondo della terra, come quella, che s'intepidiſce alquanto nell'arriuare, che fa il Sole all'Orizonte per queſta cauſa, cioè, che per eſſer l'aria della mattina più fredda, che d'altr'hora, al tempo dell'eſtate, i vapori della terra caldi, non poſſono così facilmente eſſalare: onde non è poi marauiglia, ſe queſt'acqua, nell'vſcire che fà dalla terra, trouando quei vapori in certo modo caldi, anch'ella alquanto s'intepidiſce. Ma nel giorno, eſſendo tutti quei vapori tirati fuori dal profondo della terra, all'altezza dell'aria, dalla forza del Sole, & eſſendo tutti li meati della terra aperti, quell'acqua liberata da ogni alieno calore, & ſeruando in ſe la ſua natural qualità, ch'è frigidiſſima, ſi rifreſca ancora più. Percioche, ſi come nel mezo dell'eſtate, per i gran caldi, le cantine ſono molto fredde; ſe poi piouе aſſai, & in modo, che l'aria vicina ſi faccia fredda, ſubito s'intepidiſcono, ma poi tornando il caldo nell'aria, ſubito ritornano al freddo di prima; così è da credere, che intrauenga a queſt'acqua in ſimil caſo. Ma laſciamo queſto da canto, con animo di dichiarar vn'altra volta qual ha detto meglio, ò Ariſtotele, ò Hippocrate, di queſti tempi, & della refrigeratione. Hora torniamo a caſa.

Doue naſce l'acqua Salonia.

Villa di Lucullo.

Come ſia la pietra doue naſce l'acqua Salonia.

Le qualità di queſta acqua.

Per qual cauſa queſt'acqua ſia d'eſtate fredda, & l'inuernata calda.

Per qual cauſa queſt'acqua, è calda nel mezo giorno.

Queſt'acqua poi è chiariſſima ſenza ſapore, & ſenza odore alcuno, & in quanto al peſo è ſtimata la più leggiera che ſia trà le noſtre acque più approbate; ſe poi l'acqua dell'vn' & l'altra di queſte fontane è diſtillata, ne reſta ſempre vna certa polucre ſalſa (come alcuni dicono) ma in

Queſt'acqua è chiara è leggiera.

vna

Quest'acqua non fà bianca la carne, che in essa bolle, & onde nasca questo effetto.

vna più, & nell'altra meno: Oltre di ciò quest'acqua non fà bianca la carne, che in essa bolle, come fà quella del Teuere, cacciando essa in dentro con la sua grossezza l'humor rosso, onde poi ancor la carne nel profondo si troua rossa, laqual cosa non s'è mai vista nell'acqua del Teuere: Onde ragioneuolmente s'hà da creder che pigliata per bocca, non così bene humetti, come fà quella del Teuere: percioche si come nõ penetra ad ogni minima parte della carne, quando con essa si cuoce, così è da pensare, che non penetra, se non con gran difficultà, ad ogni minima parte del nostro corpo: onde anco essendo stimata fredda, & grossa, non molto facilmente vscirà per l'orina.

Quest'acqua non penetra al profondo de i corpi, & per qual causa.

Talche bisogna saper che l'acqua vergine, se pur è l'istessa con la Salonia (come poco fà hauemo detto) è sempre stata in poca stima per beuere; Onde Plinio dice: Quanto più l'acqua vergine è lodata per il toccare, tanto più la Martia è lodata per il bere. Et Martiale nel lib. 6. in certi versi parlando delli bagni d'vno chiamato Etrusco, disse di questa acqua:

Quello che dice Plinio di quest'acqua nel lib. 31. capit. 3.

Ritus si placeant tibi Laconum
Contentus potes arido liquore,
Cruda Virgine, Martiaq. mergi.

Liquali versi in volgare si potriano tradurre in questo modo.

Se de' Laconi a te l'vsanza piace,
Poi che sudato sei, merger ti puoi
Nell'acqua Martia, & nella cruda Vergine.

Eccetto se alcuno vorrà esporre questa parola cruda, cioè non cotta, non scaldata, ma fredda; anzi Galeno nel 6. dell'Epidemie nella settione 4. al commen. 10. mette che in Roma non entra nissuna sorte d'acqua cruda, eccetto vna che viene da' Monti di Tiuoli, & perche hà in se vna certa qualità salsa, come si vede da quello che già s'è detto, è di danno alli magri, & à quelli che viuono sobriamente, perche gli sminuisce anco più; gioua poi alli grassi, alli flegmatici, & à quelli che hanno lo stomaco pieno, con impedir li grassi, che non s'ingrassino anco più: & si come imbianca meglio li panni lini, & li fa più netti, che non fa quella del Teuere, così purga meglio, & rende più netti li corpi delli grassi da ogni sporchezza: all'estate poi, è manco vtile, che l'inuernata per causa del sale che hà seco, & all'oppositò è all'inuernata, perche sminuisce la flegma, che in quel tempo cresce; all'estate parimente non può impedir che la bile non cresca, altrimente di quello che fa l'acqua del Teuere, nè manco così facilmente può sminuir la sete, come fa quella.

Quest'acqua nuoce alli magri, & gioua alli grassi, & per qual causa.

Come d'estate è malsana, & d'inuerno è sana, & a quali.

Di

Di quella piccol fontana ch'è nella ripa del Teuere appresso S. Spirito. Cap. IIII.

QVEL *piccol fonte ch'è nella ripa del Teuere, che finisse la Toscana, distante da S. Spirito vno tratto di pietra, & che nasce verso Ponte Sisto, è poco fà venuto in vso per beuanda, & hà tutte le qualità che si richiedono per vna bonissima acqua, è però (si come alcuni hanno prouato) manco leggiera che non è quella del Teuere longo tempo purgata, nasce da vno colle alto, & pieno di terra, verso il luogo doue leua il Sole di estate: per la qual cosa la sua acqua merita d'esser stimata, tra le megliori acque di Roma: & questa è mente d'Hippocrate nel libro che fà dell'aria, & delle acque: il qual dice che quelle acque sono bonissime, le quali nascono nelle colline alte, e piene di terra, & tali sono dolci, bianche, & portano poco vino, & l'inuernata sono calde, all'estate fredde, & nascono da profondissime fonti; quelle poi che nascono verso il leuar del Sole, meritano esser più lodate, & massime al leuar del Sole l'estate: Questo dice Hippocrate. Ma perche le acque hanno certe proprietà, le quali non si possono perfettamente conoscer senza la ferma, & longa esperienza, l'vso continuo, ilqual è il vero giudice di simil cose, insegnarà a pieno di qual natura sia questa acqua.*

Doue nasce la fontana di S. Spirito.

Per qual causa quest'acqua è buona.

Nota il detto d'Hippocrate sopra la natura delle acque.

Le acque che nascono doue leua il Sole d'estate sono le migliori di tutte.

Dell'acqua del Teuere. Cap. V.

BENCHE *habbiamo già diffusamente trattato, in vn'opera appartata, dell'acqua del Teuere: nondimeno mi pare conueniente in questo luogo di discorrer alquanto sopra questa medesima acqua, & di dir alcune cose necessarie alla presente opera, accioche le persone, mentre che leggeranno questo mio libro, non siano forzate fuori di proposito di diuertirsi da questa per legger quella.*

Però bisogna saper, che l'acqua del Teuere auanza di gran longa in bontà tutte le acque, che sogliono esser in vso per beuer nella Città di Roma, purche però sia ben purgata, la qual cosa rare volte accade, che possa esser prima che siano passati sei Mesi: Onde lodo, che nissuno si lassi dissuader di vsarla, perche alcuni dicono, ch'ella è chiara &

L'acqua del Teuere è la meglior che si beua a Roma.

L'acqua del Teuere non si purga bene, prima di sei Mesi.

Come alcuni credono che l'acqua del Teuere habbia del solfo, & dell'alume.

Come genera calculi nelle reni, & nella vetica.

Nessuna acqua per bona che sia, è pura, e semplice.

Per qual causa alcuni credono che l'acqua del Teuere generi calculi.

incorrotta, non per sua natura, ma per le acque aluminose, & solforee ch'entrano nel Teuere dalle bande di Tiuoli, & altroue, & ch'è necessario che sempre habbia in se qualche poco d'alume, & di solfo, & in somma che sia troppo medicinale, & difficile da digerire, anzi quantunque sia limpidissima quando si mette al foco, sempre depone certi atomi, onde non potendosi mai ben purgare: è necessario che generi delli calculi, & nelle reni, & nella vesica: & questo interuiene non solo per la sua immunditia, ma ancora per la presentia dell' alume, & del solfo: questi adunque ricercano nell'acqua del Teuere quello, che non si troua in alcuna sorte d'acqua, quantunque sia di ottima natura, atteso che si sà bene, che nissuna sorte di acqua è totalmente simplice, & pura, essendo mista tutta quella, che communemente è in vso: perciochè si come in qual si voglia sorte d'acqua, si vedono quelli atomi, & nell'aria alla sfera del Sole si vedono quelli minuti corpusculi, chiamati anch'essi atomi, così il fuoco nell'acqua moue più ò meno tali atomi. Ma questo si dice dell'acqua del Teuere, perche essendo spesso da questi tali meglio considerata, che le altre acque, vi ritrouano quasi sempre dentro questi corpisculi, ma delle altre, si come non si curano di farne la proua, così anco non sen'accorgono come fanno con l'acqua del Teuere. Non vale adunque questa consequentia, l'acqua del Teuere mena seco questi atomi, adunque sarà causa di calculi nel corpo, perche a questo modo tutte le acque che si beuono, produriano in noi, ò più, ò meno l'effetto di calculi: per la qual cosa non hauemo d'aborrir l'acqua del Teuere per questi atomi che in essa si vedono, anco quando è limpidissima nè hauemo da lassar più quella, che qual si voglia altra sorte d'ottima acqua.

L'acqua del Teuere retta incorrotta nõ per l'alume, & solfo, ma per la sabbia c'ha in se.

L'hauer poi paura dell'alume, & del solfo, non è altro che cercar in quest'acqua, quello ch'al certo non hà; prima perche non è incorrotta, & chiara per il solfo, & per l'alume, ma per causa dell'arena forte, nella qual si cola, mentre che corre (si come hauemo disputato nel proprio libro) & poi perche l'acqua non è com'è il vino, il qual co'l suo sapore, & odore può offuscare la qualità d'vna cosa, che gli sia mescolata: ma è necessario che quanto più è senza sapore, tanto più presto, & facilmente sparga al senso tutto quello c'hà in se di sapor esterno.

Come si proui che quest'acqua non hà in se alume, ò solfo.

Però l'acqua del Teuere, ò che sempre puzzaria di solfo, ò che nel gusto mostraria l'alume, ò almeno nel clarificarla, ò nel scaldarla, ò nel distillarla, daria manifesto inditio dell'vno, & dell'altro, cosa che non si sente, nè in vn modo, nè nell'altro: Ma quelli che sono di tal opinione, dicono, che le acque, & solforee, & aluminose, le quali entrano

Come si proui, che quest'acqua ha in se solfo, ò alume.

no nel

no nel Teuere gli possono persuadere questa sua opinione, alla qual ragione però si risponde, che considerando la copia del gran fiume, & insieme la poca portione di queste acque, & appresso la mistura che fanno con altre acque, prima che sbocchino nel Teuere: & di piu considerando (poi c'hanno sboccato dentro) l'attritione, assottigliatione, & espurgatione che di continuo si fà, per quella cretosa sabbia, (si come hauemo insegnato nel secondo, & terzo libro dell'acqua del Teuere) è cosa assai manifesta, che tutta la qualità del solfo, & dell'alume è superata, & distrutta dalla moltitudine dell'altre acque, & poi che tutto il solfo, & tutto l'alume, (se pur ve ne resta portione alcuna, poiche quelle acque hanno sboccato nel Teuere) s'espurgano da quella sabbia forte la quale perpetuamente và voltandosi per il fiume, si come accade che l'acqua composta con la creta, purga (come si vede) le macchie de i panni di lana: & questo anco si vede chiaro, perche poi che l'acqua del Teuere è ben purgata, non mostra cosa alcuna tale: (come hauemo detto.) S'oppongono anco costoro, che quest'acqua participa di solfo, & di alume, & lo prouano con vn'altra ragione, con dir, che gli habitanti della città di Roma patiscono communemente calculo: & questo bisogna che sia per qualche causa commune, cioè, ò dall'aria, ò dall'acqua del Teuere, ch'è commune a Roma, non si può dir dall'aria, adunque bisogna che venga dall'acqua, se adunque quest'acqua hà possanza di generar la pietra, & vi sono indicij manifesti di solfo, & alume, adunque haueria in se, & solfo, & alume, & per consequentia sarà vitiosa. Ma questa ragione, è totalmente debile, perche se questo male venisse a tutti, ò alla maggior parte, ò a quelli soli che beuessero di quest'acqua: certo saria cosa ragioneuole a creder che la loro opinione fosse vera, ma vedendosi manifestamente, che quelli che beuono l'acqua della fontana di Trinio, & altri in questa Città che non beuono acqua, ma solamente vino, patiscono questo male, non solo manco, & piu rare volte, ma molto più spesso, si puo concluder, come ho detto, che questo non seguita.

Come questa ragione non conclude.

Come la qualità del solfo, & dell'alume, è superata dalla gran copia dell'altre acque.

Come per altra ragione l'acqua del Teuere ha del solfo, & dell'alume.

Come la seconda ragione non vale.

Vi aggiongo vn'altra ragione che Papa Paolo iij. anteponendo questa acqua sola a tutte le altre, tanto la stimaua, che se la faceua condur seco a Loreto, a Bologna, & a Nizza, & in ogni luogo doue andaua, & hauendo vsso così longo tempo in sanità, non ha mai sentito lesione alcuna di questa infirmità (si come intendo) talche con questo solo essempio, ogn'vno si può ripossare, che la cosa sia a questo modo: tanto più perche quell'huomo per la sua longhissima esperientia delle cose, & per

Auttorità di Paulo Terzo, che proua la bontà dell'acqua del Teuere.

la ſua ſomma prudentia era nato per mantener, & conſeruar gli huomini in ſanità.

Vn'altra ragione, che proua, che quſt'acqua genera calculi.

Altri poi inſtano con vn'altra ragione, dicendo, che queſt'acqua è prima torbida, & poi ſi compone, & s'accreſce con molti altri fiumi, & tutte le acque di ſimile natura, (ſi come dice Hippocrate nel libro dell'aria, & delle acque) non poſſono fare che non generino pietra, adunque anco queſta genererà le pietre.

Riſpoſta a queſta ragione.

A' queſta ragione riſpondo, & dico, che queſt'acque non ſi poſſono putrefare, nè poſſono eſſer crude, per la continua miſtura che ſi vede tra eſſe, & l'arena forte: & poi ſe eſſe perpetuamente conduceſſero ſeco queſta torbidezza, ò almeno la ſua qualità, ſenza dubbio non ſi potria negar quello che dicono: perciochè ſi come molte ſorti di acque, mentre che ſi conducono per canali, laſſano non ſolo nel fondo, ma per i lati, & in ogn'altro luogo, certe croſte ſaſſoſe, come quelle che non ſi poſſono priuar di queſti eſcrementi: così queſte acque, entrate nello ſtomaco, mentre che per le vene paſſano alle reni, & alla veſica, eſſendo ancora infettate da tali eſcrementi: laſſano parimente ancora in quelli luoghi vna ſimile materia. Ma perche l'acqua del Teuere, quando è

Differenza notabile tra l'acqua del Teuere, & le altre acque.

riposta ne i proprij vaſi, ſpontaneamente ſi purga da queſti eſcrementi, nè manco imbratta i lati, nè il circuito di quelli vaſi, ſino alla ſommità, ma manda tutta la ſporchezza al fondo del vaſo: è anco veriſimile, che ſe ſi beue, mandi tutto il ſuo eſcremento al fondo del ventricolo, come fa nel vaſo, & poi già monda da queſto, & ben purgata, paſſi liberamente per le vene alle reni, & alla veſica, non potendo condur ſeco quella ſporchezza, ſe ſubito che ſi ferma la manda al fondo: Onde naſce che i brodi delle carni cotte a leſſo, mentre che laſſano i loro fondacci ne i piati, perche non li portano ſeco per il corpo non poſſono cauſar calculi. Per queſto aceade ancora che il liquore chiamato chilo compoſto di pane, di carne, & di altre coſe tali, perche laſſa nel fondo del ventricolo tutti li ſuoi eſcrementi, portato per il corpo non produce di ſua natura alcun calculo: altrimenti tutti quelli ch'oſſeruano tal regola di viuer, patiriano queſta infirmità. Non sò poi ſe debba dire, ò tacere vn'altra coſa, che vi ſono alcuni i quali ſogliono cacciar fuori per l'orina alle volte della ſabbia, & che mentre per la paura di tal coſa laſſano queſt'acqua, & tempèrano il vino con altra ſorte d'acqua, cacciano fuori manco ſabbia per via dell'orina: ma quando per difetto di qualch'altra acqua, beueno di nouo queſta, all'hora fanno l'orina con maggior copia d'arena che prima: & perche queſta coſa

L'acqua del Teuere manda ſubito al fondo del ventricolo la ſua ſporchezza.

Come il chilo laſſa nel fondo del ventricolo la parte piu groſſa.

non

non è stata insin'hora auuertita da alcuno, & dà occasione di metter in dubbio tutta la bontà dell'acqua del Teuere, a me, che difendo le parti di quest'acqua, saria lieito il tacere, ma per il contrario conoscendo ch'io son per portar grand'vtile al mondo, s'io determinarò questa cosa, cioè se è vera, ò falsa, & se è vera, in qual modo, quando, & per qual causa ciò accada: io iudico, che non posso lassarla senza biasmo d'inuidia, ò d'ignoranza.

Nota il dubbio che si puo far sopra la bontà dell'acqua del Teuere.

E' adunque necessario, che tal effetto seguiti, ò per l'acqua istessa, ò per il modo d'vsarla, ò per causa di colui che l'vsa: se fosse per causa dell'acqua, questo accaderia ò a tutti, ò alla maggior parte: la qual cosa di sopra è stata ributtata; Ma se procede dal modo di pigliarla, perche quelli che beuono, la mescolano con le cose c'hanno facoltà di generar sabbia, come fanno quelli, li quali per paura c'hanno di quest'acqua beuono molto più vino, che non sonò soliti a fare, & già si sà che il vino suole generar sabbia; (si come a basso meglio si dichiarerà.) Ma se questo effetto seguirà per causa di colui che la beue, tal cosa accaderà, perche hauerà le cauità delle reni più larghe, che non comporta la natura: nelle quali l'orina ritenuta più del douere, si conturba, si putrefà, & si conuerte in sabbia: Onde quanto maggior quantità d'acqua beuerà, la qual sia di facil alteratione, com'è l'acqua del Teuere, tanto più facilmente l'acqua in quelli luoghi si corromperà, & si conuertirà in sabbia, & cosi poi si manda fuori con l'orina: & a questa maniera i calcoli non si gencreranno per quest'acqua, ma per il vino mescolato con essa, ò per la figura delle reni di colui che beue: & così hauemo risposto alla questione, nella qual si ricercaua, perche alcuni i quali, essendo soliti orinar sabbia, se mescolaranno il vino con altr'acqua, che con quella del Teuere, ne faranno molto manco, ma se beueranno il vino con questa, parerà alle volte che ne faciano molto maggior quantità.

Onde procede la causa di tal effetto.

Come il vino fuo le generar sabbia.

In qual modo l'acqua generi sabbia.

Più abbasso però si tratterà con maggior diligentia della dispositione di quelli che fanno sabbia, & calcoli.

Ma acciochè il ragionamento di questa nostr'acqua del Teuere non s'estenda troppo in longo, supponiamo che se sarà ben purgata: ilche non può esser prima che passino i sei Mesi, sarà trasparente, sottile, suaue, & leggiera, & appresso di facil alteratione: & benche intanto che si conserua ne i vasi di terra, non si corrompe, ilche accade per quelle ragioni c'hauemo detto nel secondo libro delle acque del Teuere, & per quella tenuissima, & leggierissima sabbia, che nella superficie, & massime disopra la circonda, & la difende anco dell'ingiuria dell'aria vicino,

In quanto tempo l'acqua del Teuere si purghi.

L'acqua del Teuere si altera facilmẽte ma però nõ si corrompe, & per qual causa.

(come

(come fa l'oglio che conserua il succo delle herbe,) & non la lassa corrompere; se però è composta con altre materie, facilmente si altera, & comporta poca quantità di vino, & si come presto, & spontaneamente si purga da quella sottil'sabbia, così non può portare, ò condurre sabbia alle reni, & si distribuisse facilmente per tutto il corpo, & per questo anco non può stringer il ventre: alla qual cosa douemo hauer gran cura, principalmente in questa Città, si come abbasso s'insegnarà; onde ne seguita che tra le acque dolci che si beuono a Roma, questa è la più sana.

L'acqua del Teuere è la piu sana di quelle che si beuono à Roma.

Delle acque medicinali. Cap. VI.

POICHE *hauemo a bastanza parlato delle acque dolci, è cosa conueniente passar alle medicinali; Di queste, alcune sono calde, alcune fredde, le calde hanno seco ò odore, ò sapore, ò qualche altra qualità: Ma se alcuna ve ne sarà, che sia perpetuamente calda, & che però sia senza odore, & senza sapore, questa sarà dolce, & bona da beuere.*

Varie cause del calor delle acque medicinali.

Quanto alla causa di questo calore, alcuni l'attribuiscono al solfo, altri al solfo, & all'alume, insieme con il bitume, altri al solo bitume, altri al solo alume, altri alla calce viua; sopra la qual le acque che vi corrono, si scaldano, altri alla calce, & alla cenere insieme, alcuni altri alli flati caldi serrati nelle intime viscere della terra, li quali si conuertono in acqua in quel modo istesso, che fanno li vapori nebulosi in mezo il Cielo, li quali fluti poi si possono riscaldare ò da i raggi del Sole, che penetrino le intime parti della terra, ò dalla sostanza del fuoco, che di continuo si troua dentro della terra.

Nota come li flati possono scaldar l'acque.

Gli auttori di queste opinioni si contradicono talmente l'vno, l'altro, che mi pare cosa vana fermarsi troppo per fargli conoscer il suo errore; Ma quelli che vogliono, che la causa del calore sia il fuoco: percioche alcuni sin hora tengono fermamente questa opinione con molte ragioni, si oppugnano, & principalmente con questa: che le acque dolci nel tempo dell'inuernata sono calde, anco senza fuoco: Hora questi si difendono con dir, che tali acque sono calde, ma non bollenti, & loro pongono nel fuoco la causa non del calore, ma del bollore, alche si risponde, che facilmente quel calore cresce tanto, che si può far bollente, si come si vede nel letame, il quale alle volte tanto si riscalda, che diuenta fuoco,

Come la causa del calor delle acque non puo esser il fuoco.

Molte cose si fanno bollenti senza fuoco.

ta fuoco, il simile si vede nel vino nouo posto nella botte ben chiusa, ancor che di sotto non vi sia fuoco alcuno, tanto si riscalda, che con marauiglioso impeto salta tutto fuori del vaso: oltra di questo, il calore, ch'a quel tempo sempre si troua nelli vinacchi, tanto cresce alle volte, che nissuno può quasi toccarli: il simile si può dir dell'attrabile, la qual anco senza fuoco (come dicono i Medici) si fa acerrima, & bollente, & appresso cose assai che si corrompono senza fuoco, diuentano molto calde; & da esse nasce vno liquore parimente caldo: Riscaldandosi dunque molte cose senza fuoco, non è necessario a concludere che la causa del feruor delle acque, sia il fuoco, & tanto più perche quando il fuoco scalda la terra, bisogna che anco la faccia più rara; & da questo ne seguita che ella habbia molto più meati, & più larghi, che non haueua; come accade l'estate per il calor del Sole: & così se sarà tanto aperta, non vedo come l'acqua posi esser impedita che non scenda nelli luoghi del fuoco, & che iui non lo smorzi; poi che questi tali s'imaginano, che il fuoco sia sotto l'acqua, come sotto vn vaso. Et queste cose siano dette come quasi fuori di tempo contra di quelli, li quali attribuiscono al fuoco la causa del calor dell'acqua. Potrà alcuno dire, che la causa commune del calore trouato nell'acqua, sia l'ostruttione della terra, nella qual l'acqua si contiene; ma la propria causa sarà particolarmente nell'acqua; & questo si fa ò per la sua mistura, onero per la mutatione, che fa da vna terra a l'altra, causata da maggior ò minor obstruttione, come quella che se sarà poca, produce solamente il calore, se è assai, vi si aggionge il sapore, & poi l'odore; ma se sarà molto più, ne seguitarà vn manifesto fetore; percioche è da credere che si come di fuori sopra la terra si vedono piogge, fiumi, laghi, & mari; così sottoterra vi siano innumerabili stillationi di acque, grandi, & quasi inestimabili voragini, nelle quali cauando la terra al basso possono vedersi tanti & si gran fiumi, che da quelle cauerne corrono fuori; cosi si può giudicare, che facciano altroue hora sotto, hora sopra il mare. Talche per l'ostruttione della terra, perche le acque iui serrate non hanno la sua respiratione, pur che non si putrefacino, si fanno calde solamente, Et per questo Hippocrate nel libro della natura del putto, dice che li fonti, & le acque del mare sono più calde, & in maggior quantità l'inuerno, che l'estate, perche li spiriti suoi, mentre che fanno la sua essalatione, non potendo passar per li meati della terra, che già è fatta dal freddo talmente densa, che non li può riceuere, ritornano all'istessa acqua, & la rendono alquanto più calda; Così è il letame, il quale ammas-

Come il fuoco nō è causa del calor delle acque.

Come la causa del calor dell'acque non è l'ostruttione della terra, ma particolarmẽte nell'acqua.

Come nell'acqua si produce il sapore, & l'odore, & poi anco il fetore.

Come sottoterra scenomolte acque.

Sottoterra sono fiumi, come dissopra.

Come per l'ostruttione della terra l'acque si fanno calde.

Per qual causa le acque sono piu calde l'inuerno, che l'estate.

ammaſſato in gran quantità, & condenſato ſi fa molto più caldo, che quello che è raro: Così parimente accade delle veſti di pelle, ſe ſaranno legate inſieme, & ben ſerrate, da ſe ſteſſe s'abbrucciano, come dal fuoco; (ſi come alcuni fanno fede di hauere alle volte veduto) Talche queſta ſorte di acque per la maggior parte ſono dolci, & l'inuernata ſpeſſe volte calde, l'eſtate poi ſono fredde; ilche naſce perche la terra ſi fa rara, & leggiera per la vehemente penetratione del Sole, che da lei tira l'humido a ſe. Ma quando naſcono da luoghi ſottoterra, li quali così d'inuerno, come d'eſtate hanno ò poca, ò nulla tranſpiratione, non è gran coſa, che tutto l'anno ſi ſentano calde; Onde Vittruuio nel lib. 8. al cap. 3. dice, che vi ſono alcune fonti calde, dalle quali corre acqua d'vn'ottimo ſapore, la quale è tanto ſuaue, che ſe le Muſe ne poteſſero haucre, non deſiderariano di beuer quella di fontana, nè l'acqua Martia, che ſalta così bene: Et Ariſtot. nel 24. delli problemi dice, che le acque Magneſie, & Artane, che ſono calde, ſono buone da beuere; Ma ſe quella oſtruttione và molto creſcendo, le acque non ſolo ſi ſcaldano, ma ſi corrompono, & ſi putrefanno, & diuentano più, & manco calde, odorate, ſaporite, & puzzolenti, ſecondo la natura del luogo, & della lor miſtura: percioche ſi come ſi vede alle volte l'acqua, ancor che ſia buoniſſima laſſata ne i torchi dell'vue, ò in qualch'altra foſſa di terreno, prima intorbidarſi, & poi ſcaldarſi, poi putrefarſi, & dopò la putrefattione farſi chiara, & di più hauer vn ſapore hora amaro, hora ſalſo, hora acido, ſecondo che la natura del luogo, & dell'aere circonuicino richiede; Così è veriſimile ch'accada dentro delle viſcere della terra, quando le acque ſono totalmente aſſediate dall'oſtruttione, perche prima ſi corrompono, & ſi putrefanno, & dipoi ſi fanno chiare, & leuata ogni ſorte di reſpiratione inſieme ſi ſcaldano, & pigliano in ſe quelli ſapori, & quelli odori, che poſſono naſcere dalla natura della terra doue ſi trouano; Come ſe la terra ſarà aluminoſa, ſentiranno d'alume, ſe bituminoſa, di bitume, ſe nitroſa, di nitro, ſe ferrea, di ferro; & così ſi dirà d'ogn'altra ſorte di miniera; ma la maggior parte hanno l'odore di ſolfo, percioche quaſi ſempre vi ſeguita vna gran putredine, la qual quaſi mai ſuol ritrouarſi in eſſe ſenza vn certo puzzolente odore, come è quello del ſolfo, ſi come ogni giorno ſi può far la proua nelle acque, le quali ſi conſeruano per vſo di beuere, ſe per ſorte ſi corrompono: Hanno poi anco queſte acque in gran parte dell'acido; percioche quelle coſe, che hanno più dell'humido, che del ſecco, come è l'acqua, la qual non è ſimplice, ma miſta; ſe ſi corrompono, non ſi conuer-

Nota delle veſti di pelle, le quali ſe ſono ben ſerrate, tanto ſi ſcaldano, che da ſe ſteſſe s'abbrucciano.

Per qual cauſa le acque ſono più fredde l'eſtate che l'inuerno.

Per qual cauſa le acque ſono ſempre calde.

Onde naſce che le acque ſi corrompono.

L'acqua quãdo ſi corrompe, prima s'intorbida, & poi ſi fa chiara.

Onde l'acqua ſottoterra piglia la natura delli minerali.

Per qual cauſa quaſi tutte l'acque minerali hanno l'odore di ſolfo.

Per qual cauſa queſte acque hanno dell'acido.

conuertono in sapore acre, nè amaro, eccetto se alle volte s'essiccassero troppo, ma in acido, si come hauemo insegnato nel primo libro del malfranceſe, con l'essempio del vino, del latte, & del mele; & quanto più si partono dall'acido, & s'accostano ò all'acre, ò all'amaro, ò a qualche altro simile sapore; è da giudicare che la putredine sia stata tanto più vehemente, & che con la sua forza essicchino tanto più, quanto più grande sarà la putredine, che haueranno acquistato, la qual infine suol sempre essiccare; & per questo se saranno raccolte ne' vasi, si sminuiranno molto più presto, che non fanno le acque dolci (eccetto però se non lassassero tutta la putredine, & s'accostassero alla natura dell'acqua che si beue) come quelle che si consumano dalla sua propria putredine, & per modo di dire, si rosicano: se poi saranno beuute, perche si fanno grosse, con il sminuirsi per causa della lor putredine, rendono anco il chilo molto più grosso. Onde poi il siero, che si separa dal chilo, portato a le reni, si ferma iui molto più del douere per la sua grossezza; & se conduranno seco alcuna sporchezza, la qual sogliono hauer il più delle volte, iui la lassano; & da questo poi nasce la causa della generatione delle pietre; per la qual cosa Hippocrate nel lib. dell'aere, & de' luoghi doue parla di queste acque, dice che sono dure, & calde, & si orinano con difficoltà, & sono molto contrarie all'egestione del corpo. Auicenna ancora nel secondo libro al cap. dell'acqua, dice, che tutte le acque minerali fanno difficoltà d'orina. Ma come adesso siano in vso per prohibire li calcoli, forse si dirà più abbasso; Intanto nissuno s'hà da marauigliare, che nascendo esse dalla putrefattione, la quale confonde, & turba tutti li corpi, possano esser per la maggior parte chiare, & splendide; percioche anco il vino quando si corrompe, prima si fa turbido, & poi voltato in aceto, si vede chiaro.

La gran putredine suol sempre essiccare.

Le acque minerali beuute rendono il chilo molto più grosso.

Onde si generino li calculi.

Le acque minerali generano difficultà d'orina.

Come queste acque prima s'intorbidano, & poi si fanno chiare, come fa il vino quãdo si corrompe.

Nè manco obsta alla mia opinione, se bene alcuno si pensasse, che queste acque mai si siano corrotte, perche lungo tempo si mantengono senza alcuna corruttione; come che sia necessario che quelle cose, che si putrefanno, di nuouo si debbano corrompere, & putrefarsi; percioche anco l'aceto, il qual nasce dalla putredine del vino, di sua natura però si mantiene perpetuamente incorrotto; & molte altre acque anco dolci serrate ne' vasi, dopò che vna volta si sono putrefatte, si fanno ben chiare, ma non già mai dinuouo si corrompono, pur che non gli sopragionga causa alcuna esteriore.

Come le acque prima conturbate per la putredine, & poi chiarite. mai più si conturbano, nè si corrompono, come fa l'aceto che da se mai si corrompe.

Vn'altro opporrà alla mia opinione, che queste acque si fanno acide senza alcuna putrefattione, poi che molte cose si fanno acide senza che

Alcune cose si fanno acide senza alcuna putrefattiõe.

vi proceda alcuna putrefattione, si come se vede nelle ceraſe, & in certè ſorti de pomi. Alla qual ragione io riſpondo & dico, che queſte coſe non ſi poſſono fare ſenza qualche ſorte di putredine, ma biſogna metterci diſtintione; perche altrimente s'hà da intendere, quando ſi dice ch'vna coſa ſi genera, altrimente quando che ſi corrompe; perche in quella ſi camina a maggior perfettione, & in queſta a maggior imperfettione. Et che ſia il vero, quelle coſe che ſi generano acide, non ſi corrompono, ma ſi compiſcono, & acquiſtano la ſua perfettione, come fa il pomo, il quale naturalmente è acido; ma quelle coſe, che mentre che ſi corrompono, ſi fanno acide, la lor mutatione è neceſſaria per corruttione; come accade in quelli pomi, li quali naturalmente ſono dolci; ma quando ſi fanno acidi, è neceſſario che ſi corrompino, & ſi putrefaccino; dimodo che ſi può concludere, che l'acqua per eſſer di ſua natura ſenza ſapore, ſe ſi fa acida, non ſi genera, ma ſi altera, ſi corrompe, & ſi putrefà; altrimente ſe l'acqua quando prima ſi genera, ſi faceſſe accida, ſenza dubbio non ſaria acida per la putrefattione, ma per la ſua propria natura, & principio, ſi come è il pomo, il quale naturalmente è acido; ilche è totalmente contrario alla verità, come hauemo moſtrato.

Come alcune coſe ſi fanno acide per la putredine, alcune per la generatione.

Per qual cauſa l'acqua ſi corrompe quãdo ſi fa acida.

Alcuni poi ſi marauigliano, come poſſa eſſere, che le acque medicinali, le quali per la lor putrefattione ſi fanno calde, ſaporite, & in vn certo modo puzzolenti, corrano in tanta abbondanza; eſſendo la natura di quello che ſi corrompe, non di correre, nè di mouerſi, ma di ſtar forte, & di ripoſare. Ma queſta marauiglia ceſſarà, ſe coſtoro conſidereranno le acque, che bollono al fuoco nei lor vaſi, le quali (come ſi vede) in quello modo ſaltano fuori dall'eſtremità del vaſo, così fanno tutte le acque che bollono, le quali con hauer preſo in ſe quel gran calore, è neceſſario che occupino maggior luogo; onde poi tumefatte, ſe ſono in gran copia, mandano fuora i ſuoi riuoli aſſai grandi; ma ſe ſono in poca quantità, li mandano piccoli, eccetto ſe forſe dopò che ſono putrefatte, correranno ſottoterra per qualche condotto fatto da ſe ſpontaneamente, laſſando però a dietro la maggior parte di quelle coſe, che poſſono fomentar la putredine, che ne può ſeguire. Ma mi dubito ch'io voglia ſtender le penne in maggior ſpatio di quello che ſia il mio nido; però concludiamo che la cauſa del calore nelle acque, cioè prima nelle dolci, è l'oſtruttione; nelle altre poi, che hanno ſapore & odore, è non ſolo obſtruttione, ma anco la putrefattione. Ne per queſto contradico a quelli, li quali credono che ciò ſeguiti, perche le acque colino, & paſſino

Come le acque che ſi corrompono tanto ſi mouano, poi che la natura di quel che ſi corrompe, è di ſtar queto.

Come le acque calde corrono ſot toterra.

Come la cauſa del caldo delle acque è l'oſtruttione, ma la cauſa dell'odore & del ſapore è poi la putrefattione.

per

per vn terreno prima caldo, & poi putrefatto; perche la loro, & la mia opinione quasi è la medesima. Ma è tempo hormai di ritornar al nostro proposito ragionamento.

Come l'acque possino esser tali anco per passar per il terreno prima caldo, & poi anco putrefatto.

Dell'acqua della Marmorata. Cap. VII.

QVEST' Acqua, che è distante da Roma circa due miglia vicina alla via Appia, è transparente senza odore, nè calda, nè molto fredda, non veramente acida, ma poco meno. Vicino a questa ve ne sono due altre, che corrono poco lontano, ch'anco esse hanno alquanto dell'acido, come questa, ma non manco eccellenti; Anzi appresso alla Torre Murancia poco discosto da questo, ve n'è vn'altra, la quale hà bene l'acidità alquanto più rimessa, ma è poi molto più grata al gusto, & è anco molto più sana, & più sicura, quanto più s'allontana dall'acidità, dalla qual nasce la putredine, come hauemo detto. Insomma quasi tutto il Latio, cioè la Campagna di Roma è copiosa di piccole fontane, le quali sono acide, ò acidette; & queste sono in vso per beuanda appresso alli pastori, con loro grand'vtilità, come essi dicono. Oltra di questo è cosa probabile, che quest'acqua sia calda nel primo suo nascimento, si come sono tutte l'altre acque medicinali, perche seguita la putrefattione nata dall'ostruttione della terra, & poi nel passar, che fà per li luoghi della terra, che transpirano, perde quel caldo, si come fà l'acqua dolce, che l'inuernata si scalda per la densità della terra, & l'estate si raffredda per la sua rarità: talche poi essendo quel suo freddo assai debole, che quasi è tepida, non è marauiglia se alcuni la giudicano leggiera, ancorche tutte le cose putrefatte siano graui; perciochè quella tepidezza nascosta dentro di essa, la rende tanto rara, che è poi manco graue in gran quantità, che non è la dolce, che sia fredda; tanto più perche ogni acqua calda, comparata a se stessa, quando è fredda, sempre è più leggiera. Et si come nella calda l'odore si sente facilmente, così non è marauiglia, che poi c'hà lassato il caldo, & hà preso il freddo, non si sente alcuno odore; & è da credere, che quanto manco è acida, hà in se manco putredine, & anco manco essicca.

La campagna di Roma è copiosa de acque acide.

Come l'acqua della Marmorata sia prima calda, & poi si va rinfrescando.

Come l'acqua d'inuerno si scaldi, e d'estate si faccia fredda.

In qual modo sia leggiera.

Ogni acqua calda comparata a se stessa e leggiera.

Per qual causa nõ ha odore alcuno

Alcuni attribuiscono a quest'acqua virtù mirabili, ancorche sin'hora non si sia trouata cosa alcuna certa; & vogliono che in particolare consumi la pietra, & questo credono, perche hà vn poco dell'acido, & le cose acide rodono, & consumano tutte le pietre; ilche prouano con l'es-

Come si proui che le cose acide consumino le pietre.

sempio dell'aceto, il quale è acido, & mollifica, & consuma la scorza dell'ouo, per l'aceto il piombo si conuerte in cerusa, il rame in ruggine; oltra di questo con il succo di cedro, ilquale è acido, si risoluono le scorze bianche & molto dure di certi piccoli animali simili alle lumache, ma molto minori, liquali alcuni chiamono porcellettè. Ma questi sono molto pronti a dir il suo parere in quelle cose, che gli pare che la ragione gli detti, prima che conoschino che ne seguiti l'effetto, percioche se l'acidità liquefà la pietra, non è dubbio, che quanto più sarà efficace, tanto più presto farà questo effetto; ma l'esperienza mostra il contrario, percioche se ben le scorze di questi animali si risoluono & con l'aceto, & con il succo de cedro, nondimeno il succo del cedro fa più presto questo effetto, che non fa l'aceto, ancor che questo sia più forte, che quell'altro: Oltra di ciò si trouano molte acque acide, nelle quali non solo si risoluono, & si disfanno le pietre, ma più presto ogni giorno ve ne nascono di nuoue, & quelle che già sono nate, pigliano notabile accrescimento. Bisogna adunque dire che il piombo si conuerte in cerusa, il rame in ruggine, la scorza dell'ouo dura si mollifica, & le scorze di quelli animali si liquefanno dal succo, acido, non perche sia acido, ma per qualch'altra ragione; sicome si vede che il ferro si muta in ruggine dall'acqua dolce, non perche sia dolce; & il fango già secco & duro, come fà il tufo, si liquefà dall'istessa acqua: Però il dire che le acque acide prohibiscano particolarmente la generatione de' calcoli, non è fondato nell'esperienza, nè manco nella ragione medicinale; Et si può dire che questa è vna nuda & vana opinione, tanto più per esser calde molto di natura; & questo conferma Aristot. nella 24. settione de problemi secondo la mente d'Empedocle. Τὰς τε πέτρας & τοὺς λίθους & τὰ θρύμματα τῶν ὑδάτων γίνεσθαι, cioè che fa le pietre, & i sassi per opera dell'acque feruenti, & non li risolue.

Argomento incõtrario.

Alcune acque acide producono pietre.

Come il sapore acido faccia tali effetti.

Nota che Arist. vuole che queste acque generino pietre.

Alcuni poi con vn'argomento assai probabile prouano che queste acque sono accommodate alla cura di questi mali, con dir che i medici per commune vsanza danno alli loro amalati queste acque acide per la cura de' calcoli; le quali insieme anco giouano; perche la maggior parte di quelli, li quali l'hanno beuute la primauera, & l'autunno, (si come si suol fare) con tutto che prima ogn'anno non vna, ma più & più volte ne sentissero gran molestia, nondimeno alcuni per dui anni, alcuni per tre, altri per tutto il tempo di sua vita non sentono più alcuno di questi dolori. Al quale argomento si risponde prima ch'è cosa molto difficile conoscer la causa, onde procede qualche effetto, poi che spesso occorre,

Come per altra ragione si proui che sono accommodate a questi mali.

Risposta alla suddetta ragione. E' cosa difficile trouar la causa vera di qualch'effetto.

corre, che molti pigliano per causa di qualch'effetto quello che non è, nè può essere; Et poi si come alcuni mettono, che molti hanno sentito gran giouamento per il beuer di queste acque; così per il contrario può accadere, che molti che hauranno parimente beuuto quest'acqua, non solo non n'haueranno sentito giouamento alcuno, ma grandissima lesione: Onde bisogna concludere che queste acque non giouano in simil caso con la sua propria facoltà, ma più presto per accidente, perche essendo beuute in gran quantità, cacciano fuori del corpo con la lor copia che camina con gran furia alla via delle vene, tutte quelle pietre, & calcoli, che trouano per quella strada, si come a punto fanno l'impetuose acque, le quali essendo accresciute in quantità maggior del solito, con il lor veloce corso conducono seco tutte quelle pietre, che trouano per la via, & le fanno insieme con esse sboccar in mare, ò in laghi, ò in fiumi maggiori di se. Onde poi gli amalati si sentono assai meglio, non per virtù alcuna di quelle acque, ma perche viuono dopoi con maggior regola, ò perche hauendo beuuto queste acque in così gran copia, è necessario che i meati, per li quali sogliono vscir li calcoli, si facciano molto più ampli; onde fatta la via più larga, non più si ritengono, & con facilità escono dal corpo; & in tal maniera quest'acqua non è al proposito per se stessa nell'infirmità de' calcoli, ma per altre cause, le quali per qualche sorte gli soprauengono, come accade anco a molte altre acque. Dirà vn'altro, poi che queste acque per esser beuute in gran quantità cacciano fuori le pietre, per qual ragione non si vsano così bene le dolci, come le acide in questo caso, poi ch'è da credere, che passando per le reni con la loro quantità fariano il medesimo effetto; A questo si risponde che le parti interiori, accioche si nutriscano bene, hanno dibisogno d'vna certa facoltà contentiua; onde auuiene che si confortano con quelle cose, che mediocremente essiccano, & sentono lesione da quelle, che rilassano. Benche adunque così le dolci, come le acide, mouendo & agitando debilitano le parti interiori con la gran quantità; nondimeno queste con la la lor siccità, aiutano la virtù contentiua delli membri, quelle per la loro humidità, che soprabonda, li rilassano, & li debilitano; Et però poi che queste confortano, & corroborano; & quelle rilassano, & debilitano, non è marauiglia, se, quando si danno in gran quantità, si faccia elettione dell'acide, & si lassino le dolci. Vna cosa però non è da pretermettere, ch'essendo l'acqua, della quale hora si tratta, mediocremente essicatiua in rispetto delle altre, che sono più acide, porta notabile vtilità a quelli, che hanno il ventricolo humido, quando è beuuta a pasto ò con vino,

Molti hanno sentito vtile, & molti danno per l'vso di queste acque.

Queste acque giouano per accidéte a quetti mali, & in qual maniera.

Come gli amalati si sentono meglio per beuer tali acque.

Per qual ragione non si vsano così le dolci, come le acide per tal effetto.

L'effetto differéte che fanno le acque dolci, & l'acide ne' corpi nostri.

Quest'acqua gioua molto à quelli che hanno il ventricolo humido.

vino, ò senza vino; perche a questo modo contempera l'humor soprabondante; di tal sorte sono quelli, li quali spesso sputano saliua con qualche incitamento di vomito, che sono lubrichi di corpo, & che hanno il ventre grosso, & pieno; ma quando incomincia a partirsi l'incitamento del vomito, & cessa lo sputo, & il corpo si stringe, all'hora bisogna del tutto lassar quest'acqua, accioche il chilo fatto troppo grosso per la mistura di essa (si come hauemo detto disopra) non sia causa della generatione de' calcoli. Ma a quelli, che sono magri di natura, & che hanno il ventricolo debole, & il corpo stittico, & che sputano ò poco, ò niente, l'vso di questa, & d'ogn'altra simile acqua, è molto nocuo: Percioche tutte queste sorti di acque hauendo origine da putredine, sono dure, & difficili da superare, & poiche ancora sono superate, oltra che fanno gli humori, con li quali si mescolano, grossi, & densi, riducono anco i corpi a gran stitticheZza, & siccità: Et benche tutte queste cose siano communi alle acque acide, & poco meno che acide, nondimeno il mio ragionamento è principalmente drizzato a trattar dell'acqua appresso alla Marmorata, detta di Santo Giouanni.

Quando bisogna lassar quest'acqua.

A quali persone noce quest'acqua.

Qual danno portino queste acque.

Dell'acqua acida appresso S. Paolo, & dell'acqua d'Anticoli. Cap. VIII.

HORA per parlar dell'acqua, che è nel territorio chiamato Valerano passato S. Paolo, è da sapere che anch'ella corre & chiara, & fredda, ma con vn poco d'odore, ne è acidetta, ma acida; & per questo le facoltà che s'attribuiscono a quella della Marmorata per causa dell'acidità, sono molto più efficaci in questa; & si come gioua assai più di quella alli pieni, & alli humidi, così nuoce assai più alli secchi.

Natura dell'acqua d'Anticoli.

Ma l'acqua d'Anticoli anch'essa è limpida, & non troppo fredda, senza odore, & senZa sapore; alcuni poi hanno notato che s'è riscaldata, rende non sò che del sapore dell'acido; & si giudica che sia leggiera, com'è quella del Teuere. Et benche dicano ch'in quattro, ò cinque anni consumi il canale, onde esce, che è fatto di marmo, nondimeno dicono ancora che non consuma punto il terreno, per ilqual passa con lungo viaggio, ilqual è rosso & sodo. Quelli d'Anticoli communemente la beuono tra i cibi a guisa d'acqua dolce, li quali perciò (per quanto intendo)

sono

sono sottili & magri; quando il Sole è in Leone, è in maggior stima, & all'hora si suol beuer la mattina in gran quantità, nel modo che si beuono l'acque medicinali; poco fà è venuta in vso per la cura de' calcoli: la qual opinione forse è nata per esser quelli canali di marmo rostigati, & consumati; & perche si stima che quelli d'Anticoli siano liberi da questo male. Però poi che si vede, che hà non sò che dell'acido, se ben'è poco, & per questo hà del medicinale, s'hà da giudicar, che per esser poco, è necessario che habbia origine da vna leggiera putredine; onde si può concludere, che questa è la più sicura di tutte tra le acque medicinali, & che si possa beuer sicuramente insieme con li cibi, come si fà l'acqua dolce, cosa, che sarà giudicata esser vera anco per vn'altra ragione, perche quelli d'Anticoli communemente la beuono, & si mantengono sani; & benche si possano smagrire anco da altre cause, cioè dal vitto attenuante, che è incontrario vso appresso di loro, & dalle fatiche, alle quali ogni giorno sono sottoposti; nondimeno perche quest'acqua è compresa tra le medicinali, & tutte queste essiccano ò più, ò meno per la loro putredine; è verisimile, che per la sua secca facoltà, benche poca, come hauemo detto, aggiontoui ancora l'vso contrario, che l'humidità sua naturale, si possa facilmente consumare, & che i lor corpi si smagriscano. Ne è da pensare che quest'acqua prohibisca la generatione delli calcoli, & che cacci fuori quelli che sono generati per altra ragione, che per quella che hauemo detto dell'acqua della Marmorata, & della Valerana, perche se questa prohibisce li calcoli con vna sua particolare facoltà (come alcuni vogliono per l'essempio di quelli d'Anticoli) presa non solo nel modo, che si pigliano l'altre acque de' bagni bcuute in grandissima quantità, ma anco solamente tra cibi in luogo di beuanda; il tener questa opinione è quasi come a credere che le acque dolci prohibiscono li calcoli nelle altre città, doue gli habitatori loro viuono per ordinario senza questa infirmità. Perche l'argomento non vale, cioè, quelli d'Anticoli non patiscono calcoli, & beuono questa sola acqua; adunque riceuono tal beneficio da questa sola acqua, perche questo effetto può nascere iui per altre cause, come anco accade altroue; l'argomento valeria, s'alcuno ritrouasse la causa, per la quale quest'acqua potesse far l'istesso effetto con vna sua proprietà di natura; la quale però sin'hora non s'è trouata, nè pare che si possa trouare, eccetto s'alcuno pensasse, che per far quest'acqua li corpi estenuati, habbia anco virtù di fare che non patiscano calcoli; la qual cosa può alle volte esser vera, quando i corpi sono magri & estenuati per natura, & non per infirmità.

Di qual tempo è migliore.

Come si può beuer sicuramente.

Da quali cause l'huomo si possa smagrire.

Come quest'acqua per altra ragione gioua alli calcoli.

Come l'argomēto non vale.

Come l'argomento valeria.

mità. Ma questo effetto è commune a tutte le altre medicinali; però di sua natura non potrà liberar dalli calcoli; & in ciò ne sarà chiaro esempio M. Horatio Nari Gentilhuomo Romano, il quale con tutto, che fosse continentissimo nel viuere, & nel gouerno del corpo per conto della sanità diligentissimo, temendo per il spatio di molti anni di patire tale infirmità, ha beuuto quest'acqua trent'anni continui; nondimeno è stato quasi sempre trauagliato dal dolor che sentiua per vna gran pietra, che era nella vesica, & di questa sen'è all'vltimo morto; dimodo che concludo, che quelli che credono, che la cosa sia altrimente di quello che noi giudichiamo, sono da lassar in questa sua opinione. Dirà alcuno, quest'acqua rosica il canale di marmo, adunque ancora consumerà tutti li calcoli; alche rispondo, prima, ch'anco l'altre acque dolci, che passano in gran furia per li canali di marmo, fanno il medesimo effetto, & non per questo si dirà che particolarmente rompino li calcoli; & poi, perche il marmo facilmente si caua & si consuma non solo da vn continuo corso d'acqua, ma anco da vna sola goccia, pur che sia continua, com'è in prouerbio; & questo segue, perch'è liscio, denso, & sodo, & in se stesso non riceue l'acqua; Ma il toffo, & altre pietre non molto sode, & dure, ma rare, perche riceuono in se stesse l'acque, nè le cacciano fuori, come fa il marmo, non solo non si sminuiscono per questa causa, ma anco spesso crescono in gran quantità, & questo segue, perche mentre che l'acqua di continuo gli somministra l'humore, che è sempre con qualche particella di secco, esso tira a se il secco, onde piglia maggior & più presto augumento. Se adunque l'acqua non rode li toffi, ma più presto gli accresce, & si vede, che li calcoli sono più spesso simili al toffo, ch'al marmo, non è verisimile, che l'acqua d'Anticoli leui li calcoli, perche consumi il marmo; & questo ancora si fa più chiaro, perche non rosica, nè consuma quel terreno rosso, per il qual corre; ilche se fusse, non è dubbio, che si come esce chiara dal canale, così vsciria torbida & macchiata del color di quella terra, per la qual passa, si come fa il Teuere, il quale rosicando le sue ripe (onde da li antichi fu chiamato Rumon) non è mai chiaro, ma torbido, ilche però non s'è potuto auuertire in questo fonte, perche oltra l'vltimo canale, che è di marmo, gli altri condotti (si come hò inteso) non sono fatti di toffo, ma di selce. Concludiamo adunque che l'acqua d'Anticoli, perche quel popolo la beue senza alcuno nocumento è la più sicura, che si troui tra le acque medicinali, se pur è tale) & la più vtile, che qual si voglia altra acqua medicinale a quelli, che hanno il stomaco, & il ventre humido, de' quali

poco

Nota l'essempio di messer Horatio Nari gentilhuomo Romano.

In qual modo si proui che quest'acqua cõsumi li calcoli. Risposta a questo argomento.

Per qual causa il marmo si consuma dall'acqua, & il toffo, più presto cresce.

L'acqua d'Anticoli non leua li calcoli.

Il Teuere da gl'antichi fu detto Rumon, & per qual causa.

L'acqua d'Anticoli è miglior tra le acque medicinali.

poco fà hauemo parlato, & appresso esser di giouamento per leuar li calcoli, non per alcuna sua propria facoltà, ma quando se ne beue in gran quantità, perche con la sua grand'abbondanza mena seco fuori del corpo tutte quelle pietre, che se gli fanno incontro; & quando si piglia per beuanda con gli altri cibi, perche fa il corpo estenuato (come dicono) prohibisce che non si generano. Et questo basta dell'acque.

In qual modo gioua a leuar li calcoli.

Della natura delli vini. Cap. IX.

HORA è cosa conueniente che trattiamo delli vini, & di quelle cose che si mangiano, le quali di commune consenso sogliono nutrire il corpo nostro. Però è da sapere che per esser Roma luogo acquoso & humido, tutte quelle cose, che quiui vengono in vso, sono più flussibili, & di minor nutrimento, che quelle che nascono ne gli altri luoghi, che siano secchi & senz'acque. Per la qual cosa Hippocrate, ouero Polibo nel libro delli affetti, & in quello della dieta, dice, che quelle cose che vengono da luoghi non acquosi, ma secchi & caldi, sono secche & calde, & danno maggior forza al corpo; perciochè in quella quantità & grandezza sono più graui, & più dense, & portano maggior rendita, che quelle che nascono nè luoghi humidi, inacquati, & freddi; le quali sono più humide, più leggieri, & più fredde. Talche non basta solo conoscer la natura, & la forza de' cibi, & di quello che si beue, & anco gli animali; ma bisogna hauer cognitione de' luoghi, onde nascono. Però quando occorre a dar gagliardo nutrimento al corpo, bisogna vsar quelli cibi, che vengono da luoghi non acquosi; ma quando s'hà da nutrir più leggiermente s'vsaranno quelli, che vengono da luoghi humidi, questo dice Hippocrate. Ma s'alcuno dirà incontrario, che i vini & i cibi, che sono in vso a Roma, per la maggior parte vengono di fuori, & per questo non si deuono metter tra quelli, che sono flussibili, & leggieri: costui hà d'auuertir che l'aere di Roma fa l'istesso effetto con tutte quelle cose che seruono per il mangiare, & per il beuere, che fa anco con il frumento, il quale se bene è di buonissima qualità, & altroue di longhissima durata, & è condotto di fuori a Roma, nondimeno in poco tempo lo infracidisce, & l'altera di maniera, che ben presto si guasta, & si corrompe. Così fà con quelle cose, che si beuono, & che si mangiano, le quali essendo condotte da gli altri luoghi in Roma, sono talmente alterate, & indebolite da questo aere, se qualche tempo dimo-

Li cibi che nascono a Roma, sono di minor nutrimẽto, che quelli nati in luoghi caldi, & secchi.

In qual modo bisogna hauer cognitione de' luoghi.

Come li vini, & cibi portati di fuori sono della medesima natura, come se fossero nati a Roma.

Il frumento condotto a Roma presto si corrompe.

rano quà prima che si piglino, che danno così poco & debile nutrimento, come fanno anco quelle cose, che propriamente sono nate dentro di Roma; dimodo che tutte queste cose ò che siano nate a Roma, ò che siano condotte da altre parti, pur che si fermino alquanto in Roma, nutriscono poco in gran quantità; & per questo è necessario, volendo nutrirsi, come si deue, pigliar più in Roma di questi cibi, che ne gli altri luoghi.

Diuisione delli vini.

Il vino poi, che communemente si beue a Roma, parte è nato quà, parte è forastiero, di quello parte è vicino alla Città, parte è lontano. Ma per cominciar da quello, che è nato quà, dirò prima alcune cose in

Ogni vino hà non sò che del grosso, & per qual causa.

generale della spetie, & della natura delli vini. Et prima metto questo fondamento, ch'è necessario che ogni sorte di vino, perche nutrisca, habbia di sua natura non sò che del grosso, & del lento, altrimente non si potria metter appresso, nè attaccarsi alle carni, & all'ossa, i quali d'esso si nutriscono, perche si spargeria in diuerse parti inanzi che si fosse

Onde nasce che l'acqua non nutrisce.

conuertito nella nostra solida sostanza; onde l'acqua istessa perche non s'ingrossa, non nutrisce (come dice Aristot. nel quarto della Meteora)

Il vino è caldo, & per qual causa.

& perche anco è quasi del tutto nutrimentoso, è di natura caldo, poi che ogni cosa, che nutrisce, ò accresce, ò almeno fomenta il calor naturale, hauendo però considcratione a diuerse nature di vini, perche il vino nuouo, & quello, che comporta poca acqua (come dice Galeno) rinfresca, ma il vecchio scalda. Oltra di questo ogni sorte di vino tarda la concottione, perche indura il cibo nel ventricolo, & rende il chilo

Il vino indura il cibo nel ventricolo.

più grosso, che non fa l'acqua. Et già che il vino essicca (come pare c'habbia insegnato Galeno) non è marauiglia se indura, & ferma tutto quello, con che si compone. Onde seguita che i pesci, & le carni, &

Le carni cotte cõ il vino, si fanno dure, & con l'acqua molli.

tanto più di lepre, & di porco, se sono cotte con il vino, acquistano maggior durezza, & sodezza; & per il contrario se sono cotte nell'acqua, si rendono più molli & più frolle: Oltra di questo si vede manifestamente che i fichi freschi posti nel vino, s'indurano, ma nell'acqua

Nota il medesimo de' fichi.

si mollificano, & si dissoluono. Da quì nasce ancora, che s'vno hauerà

Come il pane mãgiato con il vino rende l'huomo satollo.

posto pane nel vino, & subito mangiatolo, starà tutto il giorno satollo, & senza fame, purche però non sia gran mangiatore: Onde giudico che siano in grand'error quelli, li quali desiderando, che la concottione si faccia più presto, alcuni beuono con li cibi il vino con poca

Nota l'error di quelli, che beuono il vino con poca acqua, ò puro.

acqua, alcuni altri totalmente senz'acqua; percioche se questi pigliaranno vgual portione de' cibi non già in poca, ma in gran quantità, colui, che beurà il vino più adacquato, farà più presto, & più facil-

mente

mente la sua concottione, che non farà quell'altro, che lo beuerà più puro. Perciochè si come li cibi dentro in qualche vaso, postoui sotto il fuoco, si bollono, & si liquefanno più presto essendoui dentro acqua, che vino; così si cuoceranno più tosto nel ventricolo, se l'huomo beuerà appresso più presto acqua, ò vino bene adacquato, che puro; & poi cotti che sono, scendono anco più facilmente a gli intestini. Ma alcuno s'opporrà a questa mia opinione, con dire, che ad vno che sia di stomaco debole, & che habbia bisogno di nutrimento, il vino è più conueniente, che l'acqua, perche aiuta la concottione, & conforta il calor naturale; però colui farà più presto la concottione, beuendo vino, che acqua. A questo rispondo, che quando l'huomo mangia poco, è meglio beuer vino, che acqua, perche a questo modo si fa presto la concottione, sì perche il cibo, essendo poco, non fa molta dimora nel ventricolo, sì anco, perche l'acqua presa con poco cibo, sminuisce con la sua frigidità il calor naturale di colui, che è assuefatto al vino; & non solo non è causa di più veloce concottione, ma più presto la tarda, & spesso produce da quel nutrimento (il qual per altro douea esser buonissimo) ò indigestione, ò quel male chiamato da Greci βραδυπεψίαν cioè tarda concottione. Ma quando il cibo è in gran quantità, è più espediente beuer acqua, ò vino adacquato, perche liquefà più presto i cibi.

Come si proui che il vino è più vtile dell'acqua.

Risposta a quella ragione.

Il vino è buono quando si mangia poco, & la ragione di tale effetto.

Se adunque il vino rende il nutrimento più solido nel ventricolo, è cosa chiara ch'anco trattiene & tarda la concottione; che poi l'humore che seguita da questa concottione habbia da esser più grosso, si conosce chiaramente, perche quando il vino si cuoce (poiche non è altro la concottione, ch'vna elissatione) si fa alquanto più grosso; & queste cose tali, quando si mutano nel ventricolo con gli altri cibi, pigliando in se stesse il succo de gli altri cibi, gli riducono simili alla loro propria natura; Onde è necessario, che se il vino con il cuocerlo s'ingrossa, faccia anco grosso il succo di quelli cibi, con li quali è composto. Et però quanto più il vino è gagliardo, tanto più nuoce a quelli, i quali cercano di hauer il corpo lubrico, & patiscono calcoli; perciochè riducendo esso a maggior grossezza, & spessezza il succo del nutrimento, è vna non leggiera causa di stitticar il corpo, & della generatione de' calcoli.

Il vino ingrossa anco gli altri cibi.

Il vino potente nuoce alli calcoli, & a quelli c'hanno il ventre stitico.

Da queste cose è assai manifesta la causa, perche il vino induri il nutrimento, perche tardi la concottione, perche renda più grosso il chilo, perche faccia il corpo stittico, & perche produca calcoli; le quali cose se bene sin'hora non sono state auuertite da alcuno; ch'io sappia, io prego però l'amoreuole lettore, che voglia prouar con diligenza tutte

Ogni vino prouoca l'orina.

queſte coſe, prima, che con ſprezzarle, ò con taſſarle le condanni. Oltra di queſto ogni ſorte di vino muoue l'orina, & maßime l'acquoſo & bianco (come dicono alcuni di mente di Galeno, nel primo, & quarto libro di conſeruar la ſanità, & nel ottauo del Metodo) & quello, che è di color tra roſſo & verde chiamato da Latini fuluo, per eſſer ſottile di ſoſtanza & calda (come dice Galeno, nel quinto libro di conſeruar la ſanità;) & queſto è non ſolo, perche inſieme con il caldo hà anco aſſai del ſucco, & per queſto ſi apre la via delli meati del ventricolo, onde poi camina alle vene, & alle reni, & vltimamente arriua alla veſica; ma anco perche è neceſſario che ſe ne faccia la debita concottione nello ſtomaco, & che inſieme ſi conuerta in non sò che dell'acido, con vna certa acrimonia acquiſtata dal troppo calor del corpo humano: la qual coſa ſi conoſce facilmente s'alle volte l'huomo, ancor che ſia ben ſano, vomiterà dopò il beuer del vino, perche all'hora ſi ſente nella lingua vn ſapor di aceto poco forte, il qual volgarmente ſi chiama fortigno. Oltra di queſto è coſa che ſi sà, che tutto quel, che ſi cuoce nello ſtomaco ſi muta dalla propria natura in vn'altra, & ciaſcuna di queſte coſe ſi volta nel ſuo contrario, ò almeno in vna ſimile al ſuo contrario; ſi sà anco che l'aceto è contrario al vino, & maßime a quel che ſi ſuol beuere; però il vino ſi mutarà in aceto, ò in qualch'altra coſa ſimile all'aceto, come diſopra hauemo detto. Queſto adunque eſſendo ſimile all'aceto, ò alla ſua ſpecie, & riceuendo vna certa acrimonia dal calor naturale, ſi come fa anco quando è molto vecchio nel punger che fa con l'acrimonia, & poi nel tagliar con l'acidità, prouocarà l'orina, parimente ancora, perche eſſendo cotto, ſi muta in vna natura oppoſita, la qual è acida, come hauemo dichiarato, porta non poco danno alle reni, alla veſica, & a i loro meati, quando ſono vlcerati: percioche ſi come l'aceto morde & inaſpriſce le vlcere, così fa queſto, quando è voltato dalla propria natura in vn'altra contraria; onde alcuni prohibiſcono il vino dolce in queſti mali, perche le coſe dolci più facilmente ſi conuertono in acido, coſa che è facile da credere.

In qual modo il vino prouoca l'orina.

Il vino nel ſtomaco ſi conuerte in non sò che dell'acido, & come ſi conoſce.

Nota bene il qual modo il vino ſi cõuerte in aceto, o in coſa ſimile nel ſtomaco.

In qual modo il vino fatto acido prouoca l'orina, & noce all'vlcere interiori.

Perche il vino dolce ſi prohibiſce nell'vlcere interiori.

Ne è vero quello, che alcuno potria dire incontrario, cioè che ſe il vino ſi faceſſe acido, ò agretto nel ventre non daria nutrimento alcuno; & l'animale non ſi nutriſce di coſe acide, ne di acri, ma di dolci (come hà inſegnato Ariſtotele:) perche il vino nel corpo noſtro naturalmente non ſi muta in vna coſa eſtremamente acida, nè eſtremamente acre, ma in vna che ſia mediocremente acida, ò acre; & per queſto le parti noſtre tirano a ſe quello, che più gli piace, & che gli è più ſuaue, ma

Il vino in noi ſi muta in vna coſa mediocremente acida, o acre.

ue, ma che però habbia non sò che dell'acido. Onde quelli, che beuono vino assai, mandano da se vn'odore acido sì, ma ingrato, & quasi con puzzore, come fanno anco i cani, i quali per nutrirsi di cose puzzolenti, rendono mal'odore; & quelli, che lungo tempo, & in gran copia si nutriscono di cipolle, mandano da se vapori, che rendono il medesimo odore non solo dalla bocca, ma anco da tutte le parti del corpo. Di questa materia hauemo ragionato assai nel primo libro del Morbo Gallico, doue hauemo assai bene insegnato, se questa si deue dire mutatione, ò corruttione, ouero putrefattione; & se corruttione si deue nominare, in qual modo l'animale si può nutrire d'vna sostanza corrotta & putrefatta. Ilche forse si fa a questo modo, cioè, si come li cani cauano nutrimento dal sterco humano, che naturalmente è nel loro stomaco, fetido, & gli vcelli dalli semi, che nel lor gorgozzo si fanno parimente fetidi, & puzzolenti; ilche si può facilmente vedere, & chiaramente conoscere, se con diligenza si sparano, quando sono morti.

Così da questo vino in tal modo mutato in acido, & che hà qualche specie di putrefattione, l'huomo si può ristorare, & sostentare; per la qual consideratione fatta con diligenza nell'auuenire non sarà forse di marauiglia ad alcuno, se quelli che per qualche accidente tramortiscono, ritornano più facilmente in se stessi, & si ristorano con l'odore dell'aceto, che del vino; come che i sapori dell'aceto siano più simili, & più s'accostino alla natura di quelli vapori, i quali essalano dal vino mutato, & alterato nel corpo nostro secondo l'ordine della natura. Ma torniamo al proposito nostro: il vino adunque nel corpo humano naturalmente si conuerte non in vna cosa del tutto acida, nè acre; ma in mediocre sapore; altrimente, quando diuenta troppo acido, ò troppo acre, dà gran nocumento alli nerui, non solo, perche con il suo calore liquefà la loro sostanza, come si crede, ma anco perche in quelli, che hanno il corpo molle, punge li nerui, li essicca, & li fa duri, come anco fa l'aceto. Et questo basta hauer detto circa la causa, per la qual il vino pronoca l'orina, & nuoce alle parti vergognose, quando sono vlcerate.

La causa per la quale quelli che tramortiscono ritornano piu presto in se stessi con l'odorar l'aceto, che il vino.

In qual modo il vino fatto troppo acre, o troppo acido nuoce alli nerui.

Ne è di manco nocumento il vino ancor a quelli, che mangiano assai; & per questa ragione ancora, oltra che vi sono anco altre cause, nuoce principalmente a putti, & alle donne; percioche questi con il mangiar assai, & infretta empiono il ventre di succo solido, & se poi anco beuono poco vino, fanno vna pessima concottione, percioche così poco succo non è bastante a far bene quella elissatione; onde il nutrimento non si cuoce, ma più presto s'abbruscia, & fanno i lor rutti puzzolenti, &

Come il vino nuoce alli putti, & alle donne.

Il danno che seguita dal beuer poco vino, & dal beuerne assai.

che

che sentono di solfo; ma se poi beueranno assai, per il copioso beuer del vino si riempiono di quel liquore, che pur è grosso, come habbiamo detto; per il primo errore hanno gran sete, per il secondo sono sforzati a respirare con gran difficoltà; per l'vno & l'altro errore insieme insieme (come dice Hippocrate) sopra modo si scaldano, poiche la pienezza del ventre riscalda l'animale, & il corpo loro si intorpidisce, & li sensi si fanno pigri, & la mente tarda; & in somma si fanno atti a patir gran mali, massime per hauer la testa molto piena. Percioche il vino quando si beue senza misura, s'è grande, debilita notabilmente la testa, s'è piccolo, in ogni modo porta gran lesione, & in qual si voglia modo che sia, subito causa dolor di testa; & questo fa non solo perche manda alla testa gran quantità di vapori, & caldi, (come alcuni pensano) & lenti, & grossi, & il caldo affretta la salita, & accresce l'attione; ma ancora, perche risolue, & presto dissipa li corpi, che facilmente si dissoluono; come sono li vapori, li quali se saranno lenti & grossi, co'l suo lentore s'attaccano alla testa, & con la grossezza vi si fermano lungo tempo, & con difficoltà si dissoluono. Ma se poi sono appresso in gran quantità, empiono il ceruello, lo distendono, & sono causa d'vn lungo dolor di testa. Il vino adunque si come quando è scoperto quasi tutto suapora, così è verisimile che nel ventricolo, & massime nostro con il concorso del calore, patisca il medesimo effetto; & questo facilmente si può conoscere con l'essempio dell'aceto, ilqual manda da se alcuni vapori, ma questi nè sono lenti, nè grossi, nè in quantità grande; ilche si vede chiaro, perche quando si cuoce, nè si fa grosso, nè manco acquista alcuno lentore, ma si và diminuendo, come se fosse acqua pura, nè manco mai resta senza odore, ancorche stia discoperto del tutto per vn pezzo, come che vna gran parte della sua sostanza non si possa conuertire in spiriti. Ma perche questo accada, cioè, ò perche sia più terreo, ò perche sia graue, non è il bisogno a trattarne adesso.

Nota il modo con il qual il vino causa dolor di capo.

L'aceto nel cuocerlo non si fa nè grosso, nè lento.

Per il contrario il vino, perche con il cuocerlo, diuenta grosso & lento, è necessario, che tali siano ancora i vapori, che da lui nascono; ma poi perche col restar scoperto tutto vn giorno, ò tutta vna notte, tutto si suanisce, restando senza odore, senza sapore, & senza forza, & come che ben presto si risolua in vapori vna gran parte della sua sostanza, è necessario, che mandi da se i vapori non solamente grossi, & lenti, ma anco in gran quantità: Et benche ancora gli altri cibi essalino spiriti & lenti & grossi; nondimeno perche non ne possono essalare in tanta quantità, come fa il vino, per questo non possono nè nell'istesso

Perche gli altri cibi non producono il dolor di testa, come fa il vino.

so modo, nè così spesso, nè così facilmente produr il dolor di testa.

Che poi il vino si risolua più presto, che l'aceto, in vapori, ò che questo contenga in se più aere, quell'altro più terra, ò che sia più facile alla corrottione, questa è materia, d'vn'altro negotio. Sin'hora hauemo trattato della causa per la quale il vino causa dolore di testa, & perche nuoce a quelli, che mangiano assai, & perche è di tanta vtilità alli vecchi, si come è contrario a putti, come è piaciuto a Galeno nel libro quinto di conseruar la sanità.

Oltra di questo il vino quanto più s'accosta alla natura del mosto, è sempre tanto più dolce, & quanto manco, tanto meno dolce; & si come il mosto non hà odore, così è ancora il vino dolce, come che questo sia della natura del mosto, & non del vino; si come Aristot. nel quarto della Meteora dice, che il vino dolce è vino non con l'effetto, ma co'l nome: percioche quel succo che non causa embriachezza, non si può chiamar vinoso. Onde forse anco Galeno, & Hippocrate, & gli altri antichi hanno detto, che il vino dolce non hà forza di tentar la mente, cioè d'embriacare. Il mosto non hà odore, & tale è ancora il vino dolce. Il vino dolce non può embriacare.

Ma perche il vino, il quale noi communemente chiamiamo dolce, stando in vn vaso scoperto, subito si suanisce, perde la forza, & si sminuisce anco nella quantità; è inditio chiaro, che anco molto suapori: se alcuno dirà, che si risolue in molti spiriti, & che così sia, è necessario, che se l'huomo ne beuerà in gran quantità, ne senta pienezza di testa, & lesione di mente, come quello che percuote il ceruello, non con l'odore, come fa l'altro vino, ma con il molto vapore, ilqual a pena si può sentire per esser di poco odore: Et è cosa probabile, che rare volte produca embriachezza, & dolor di testa, non solo perche hà poco odore, ma perche la dolcezza, che presto satia la persona, non ne lassa beuer in gran quantità; poiche se molta copia se ne beuesse, si può ragioneuolmente credere, che produrria & dolor di testa, & embriachezza così bene, come facta ogn'altro vino. Et così s'è detto, che il vino è di danno a' putti, & vtile a' vecchi: & anco se il vino dolce è odorato, & se causa embriachezza, & dolor di testa. In qual modo il vino dolce può, & non può embriacare.

Nè anco mi pare di lassar di dire, che il vino dolce è stimato da alcuni più graue, & più grosso, che gli altri vini, che genera flati nello stomaco, che turba il ventre, & gl'intestini, come fa il mosto, che non embriaca tanto, che gioua alla vesica, & a i nerui, quando sono senza vlcera, che scalda, che è tardo nel passar per li meati, che accresce l'ostruttione, che nuoce al fegato, & alla milza, ma non già al polmone, Nota li danni, & gli vtili, che porta il vino dolce.

polmone, eccetto se prouoca sete; scende abbasso facilmente, ingrandisce le viscere interiori, che non è conueniente alli febricitanti, che non prouoca l'orina, perche è grosso, che non è di danno a quelli, che hanno bisogno di ristoro, pur che il loro fegato, milza, & reni non habbiano qualche difetto; che genera sangue grosso, tanto più se sarà nero; che quando è nouo è ben dolce sì, ma quando và acquistando perfettione si fa più suaue, che dolce; oltra di questo quanto più è dolce, tanto manco odor rende, & quanto più è sottile (parlando però de' dolci) tanto più è odorato; & quanto più è potente & generoso, tanto più nell'inuecchiarsi s'ingrossa, & acquista vna certa amarezza, che non è punto vtile a' corpi; quello che è di sottil sostanza, presto s'innecchia, & così anco il bianco, & l'acquoso presto si fa vecchio, il bianco è conueniente alla vesica, facilmente si smaltisce, eccita la virtù dello stomaco; per il contrario il nero & grosso con difficoltà passa, causa embriachezza, & augumenta le carni; il rosso hà vna natura di mezo, come anco il colore, quello che è simile all'oro, il quale da alcuni è chiamato rosso, è più sano al corpo; quello che tanto piace per il color giallo, è molto vtile alla concottione, & dà manco molestia a' nerui. Quello che nell'inuecchiarsi si fa dolce, sottile, & austero, nutrisce manco, & conforta più lo stomaco, & passa più velocemente per la via dell'orina, ma produce embriachezza, & dolor di testa.

L'vtile che porta il vino acerbo.

L'acerbo poi è sommamente vtile alla cõcottione del cibo, & per stringer il corpo, & per fermar li catarri: Quelli che hanno messo insieme humori grossi nelle vene, hanno dibisogno d'vn vino di sottil sostanza, ma che però sia acre, & vecchio, se quell'humore sarà freddo; ma non essendo freddo, che non sia nè acre, nè vecchio. Quello che hà grande odore è ben al proposito per generar buon succo, ma poi facilmente percuote la testa. Quello che hà qualch'anni, ancor che sia delicato, & grato al gusto, nuoce molto a' nerui, & a gli altri sensi (come hà detto Dioscor.) & per questo si prohibisce a gli amalati, i quali hanno qualche membro interiore mal'affetto & debile; ma non porta danno alli sani, se ne beue poco, & bene inacquato. Il nouo poi enfia il corpo, si cuoce con difficoltà; fa li sonni graui, & è più acquoso, che non conuiene alla natura del vino; prouoca l'orina. Quello, che è di mezza etade, non è causa d'alcuno di questi danni. Sopra il tutto bisogna fuggir li vini grossi quando sono nouoi, perche non solo non giouano alla concottione de' cibi, ma ne anche a pena si possono cuocere; oltra di questo, ne possono passar per il ventre, nè facilmente distribuirsi, nè prouocar

Il vino molto vecchio nuoce a' nerui, & a' sensi.

Danni del vino nuouo.

Danno delli vini nuoui & grossi.

car l'orina; nè giouano alla generatione del sangue, nè al nutrimento del corpo, ma stanno assai sospesi nel ventre, come fa l'acqua.

L'vtilità che porta il vino preso con misura.

Finalmente il vino preso con misura nutrisce le forze, ristora il sangue, produce vn colore amoroso, gioua a' nerui, & a gli occhi, somministra lo spirito, conforta lo stomaco, è causa dell'appetenza de' cibi, raffrena gli affanni, & la tristezza; caccia fuori l'orina & il freddo, prouoca il sonno, ferma il vomito, quando non viene d'abbondanza d'humori, applicato con la lana humettata con esso di fuori mitiga, & raffrena li tumori, che vengono nelle parti esteriori; oltra di questo porta gran forza al corpo.

Danni del vino quando se ne beue troppo.

Per il contrario se se ne beue troppo, indebilisce la mente fa vacillare la lingua, causa embriachezza, accende di caldo le viscere interiori, & di più, cosa che è marauigliosa, rinfresca sommamente il corpo, & causa tremore, granezza ne' membri, pallidezza, torpore, distentione de' nerui nell'estreme parti del corpo, fa l'huomo pigro al coito, fa che le donne con difficoltà s'ingrauidano, affretta la canutezza, la calnitie, & la vecchiezza inanzi al tempo; talche si può con ragion dire, che non ci è cosa più vtile del vino, quando si beue con misura; & che non ci è cosa più pernitiosa, quando si beue senza misura.

Come il meglior vino è sempre nel mezo della botte.

Nè in questo luogo lassarò di dire, che il meglior vino è sempre nel mezo della botte, perche la parte d'abbasso non solo è torbida per hauer sempre seco qualche portione di feccia, ma anco è peggiore nel sapore; quella disopra è ben più leggiera, & più acquosa, ma si corrompe facilmente per la vicinità dell'aria, onde (come alcuni pensano) si rende più debile.

In qual modo la facolta del vino si determini.

Et di più la facoltà del vino si determina secondo l'età, secondo la consuetudine del beuerlo, secondo la natura de' tempi, & secondo la sua forza, & se si beue senza mangiare, nuoce notabilmente (come dice Galeno, nel sesto dell'Ep.) ma secondo l'opinione nostra, nuoce molto più a quelli, che hanno il ventre molto vacuo, perche il vino all'hora indura non solo le tuniche del ventricolo, ma ancora gli humori, se in esso alcuni ve ne sono restati; onde poi con difficoltà si mandano à quelli luoghi, doue sono più atti ad andare, cioè, ò a nutrir il corpo, se haueranno acquistato la natura di cibo, ò ad esser cacciati fuori del corpo, se saranno ridotti alla natura d'escrementi. Nuoce poi allo stomaco, perche con l'indurirlo alquanto, lo rende mal'atto alla cottïone del nutrimento; la quale si come si fa bene con l'humido, che sempre è congiunto con il molle; così s'impedisce dal secco, che sempre è con-

Il danno che porta il vino quando si beue senza mangiare.

Quando il vino gioua beuuto a digiuno.

giunto con il duro. Oltra di questo il vino beuuto a digiuno, suol giouar ad alcuni in dui casi, ouero a quelli che hanno il ventricolo pieno di molta pituita, ò a quelli, che hauendo la sera inanzi crapulato assai, sentono ancora la cena cruda nello stomaco; ma per causa della pituita giouarà, perche con lo scaldar, & essiccare, matura quell'humor freddo, &

In qual modo il vino gioui beuuto a digiuno.

crudo; per causa poi della crudità, giouarà, & massime ne' luoghi freddi, come è la Germania, perche spegne la sete, la quale il più delle volte si fa sentire in questo caso, & humetta il cibo nel ventre, onde si fa poi più facilmente la concottione.

Et queste cose hò detto in generale delli vini, ma è tempo d'abbassarsi a i vini particolari. Onde per ritornar a quello, dal qual da principio ci partissimo, cioè al domestico, ilqual volgarmente si chiama Romanesco; nelche forse parerà ad alcuno, che siamo alquanto più lunghi di quel che comporta il presente bisogno; ma saremo escusati, perche ci pare al proposito a dichiarare & lungamente, & a pieno la natura sua, prima perche nasce nella patria, & poi, perche si suol beuer communemente da tutto il popolo.

Del vino Romanesco. Cap. X.

Come si faccì il vino Romanesco.

IL vino Romanesco per la maggior parte si fa a questo modo, cioè, fatta l'espressone dell'vua, subito si ripone nelle botti, nelle quali si lassa bollire per tre, ò quattro giorni, & anco più, stando sempre la bocca della botte aperta; poi che è cessato di bollire, si chiude la bocca, & poi si tramuta, ma da alcuni più presto, da alcuni più tardi; &

In qual modo il vino Romanesco si cõserui sotto i portici fino all'inuernata.

questo si fa ò spesso, ò rare volte; ma da tutti s'osserua, che non si mette mai nelle cantine sottoterra fino che non è gionta l'inuernata, intanto si tiene sotto i portici delle case; & a questo modo ogn'vno pensa che si conserui meglio; ilche al mio giudicio non può esser per altra causa, se non, perche stando così all'aperta, gli ardenti spiriti suoi si spargono facilmente da i flati, che corrono quà & là; il calor, che già è entrato nel vino, meglio si contempera dal freddo dell'aere circonuicino; & il gran caldo si rimette. Onde accade, che spesse volte il vino è più delicato; &

Nota il modo de gli antichi di fare il vino.

questo modo è quasi simile all'vsanza de gli antichi, li quali immergeuano il vino in certi vasi chiamati amphore, per spatio di quaranta giorni, nell'acqua fresca. Nelle cantine, adunque se per sorte vi

saranno

saranno altri vini, è da creder che gli alteri & con il calore, & con li vapori parimente caldi, che n'escono fuori, come che sia in luogo che non possi bene suaporare; onde le cantine & le botti si riempiono di caldo, & di vapori, & il vino s'infetta, & termina il suo bollire più tardi. Ma quando poi è rinfrescato, & riposto vna volta in altri vasi, se in esso sarà posta vna poca quantità di vino cotto, si fa più chiaro, & dura più lungo tempo. Questo per la maggior parte è bianco, dico hora bianco solamente quello che si distingue dal nero: questo sarà hora giallo, hora rosso, non molto chiaro, ne molto transparente; il più delle volte di sostanza grossa, lenta & torbida: & questo vino si dice vulgarmente molle: ma hà queste qualità, hora più, hora meno, secondo che nasce ne' luoghi piani, ò montuosi: percioche nelli colli, come a S. Pancratio, ò al Peraiolo è manco grosso, & manco torbido; ma nelle valli, come nella pianura del Teuere è più grosso, & più torbido; & per questo quello è meglior, & quest'altro è peggiore, & rare volte si conserua vn'anno intiero, eccetto se spesso si tramuta d'vna botte in vn'altra, ò nell'istessa botte, spesso si suanisce affatto; ma quello de' colli più tardi, quello della pianura più presto; se sarà cotto prima che si ripona ne' vasi, ò dopò ch'è risposto, se sarà spesso tramutato, si fa migliore & più durabile: hora è dolce, hora suaue; il più delle volte è di sapor d'vua, ma non molto grato. L'odor suo è di vino, ma ottuso, & più presto è simile al vino, che propriamente vino; per la qual cosa molti pensandosi che non vada alla testa, ne beuono in gran quantità; ma costoro quanto maggior copia ne beuono, tanto maggior lesione sentono.

Come il vino Romanesco si fa più chiaro, & più durabile.

Il vino Romanesco nato nelli colli è più sottile, & più chiaro, ma nato nel piano è più grosso, & più torbido.

Come s'hà da fare, accioche meglio si conserui, & accioche sia migliore.

Qual sia l'odore del vino Romanesco.

Piglia in se facilmente quell'odore cattiuo, che si chiama mussa, & per questo infetta la botte, doue si ripone, & alle volte ancora quel canale di legno, con il qual si caua. Quando si corrompe, si fa marcio, musso, con l'odor simile ad vn pomo putrefatto, imbrattato, & quasi sporco, eccetto però se sarà molto dolce, ò chiaro; quasi sempre è torbido, & con difficoltà si fa acido. Tutte queste cose seguitano la natura del terreno, il quale quasi in ogni luogo è fuliginoso; perche sicome l'herbe, che da esso nascono, sono grosse, così è necessario, che sia il succo, con il quale & esse, & le viti si nutriscono; Percioche mescolandosi insieme in gran copia questo terreno con questo humore, & l'humore con il terreno, ne nasce vn liquor grosso, quasi come feccioso, & fangoso; onde poi le viti, che per suo nutrimento lo succhiano in gran quantità, per esser in certo modo insatiabili, generano il vino in gran parte simile ad esso, il qual poi essendo partecipe di fango, & di sporchezza, quando si

Li difetti del vino Romanesco.

Onde nasce che il vino Romanesco è così cattiuo.

corrompe si muta in cosa simile a quello, di che participa; & però il vino che si fa di simili vue, è poco chiaro, grosso, & torbido. Quello poi, che nasce nelle colline, è megliore, perche il succo fangoso non si trattiene nelli colli, perche per esser gobbi, & pendenti goccia da se stesso dall'altezza delli colli sino alla radice delle valli. Ma nell'vno nell'altro di questi vini dura molto tempo, quando è mal purgato, anzi non si mantiene vn'anno intiero, perche si corrompe facilmente, & si putrefà per la confusione grande, & repugnanza tra se stesse di queste due parti contrarie. Spesso suanisce affatto, ilche accade, perche essendo la parte leggiera & sottile in poca quantità, per non esser il vino ancora ben purgato, facilmente ancora, & in poco tempo si risolue. La parte grossa poi, & lenta, perche è maggior quantità resta senza sapore. Quello che è nato nella valle, più presto suanisce, perche hà in se molto maggior copia di bruttezza: quello poi, che nasce in collina, più tardi, perche la terra, doue nasce, è manco brutta; & questo è tanto meglior di quello, quanto più il terreno, oue nasce, è più secco, & manco fangoso. Ma se sarà cotto, & spesse volte tramutato, si fa migliore, & dura più lungo tempo: perche con la cottura, & spessa tramutatione, tutta la feccia si purga, & le parti sottili & vinose si purificano. Si conosce che hà il sapore dell'vua, & l'odor ottuso, non già sempre, ma solamente sin tanto che non è ben purgato: perche quando spesse volte sarà tramutato, ò ben purgato con il foco, non solo non è di quella sorte, che communemente si stima, ma può concorrere di sapore, d'odore, di colore, & di bontà insieme con tutti li nobili vini forastieri. Questo è dolce & suaue, se è fatto d'vue ben mature, nè troppo ben calcate, ma che da se sia colato pian piano; perche a questo modo stilla fuori il succo leggiero, & ben cotto, il quale suol esser dolce, & resta il graue, ingrato & fangoso. Questo vino causa dolor di testa, sì perche è stimato esser leggiero, & per questo beuendosene in maggior quantità, inganna quelli, che lo beuono, sì anco, perche quando hà empito la testa, è necessario che vi si fermi più lungo tempo per la sua grossezza, & lentore.

Per qual causa il vino nato nelle colline è meglior, che il nato nelle pianure.

Per qual causa spesso suanisce.

Perche s'è cotto, & spesso tramutato dura più lungo tempo.

Quando il vino Romanesco concorre in bontà cõ li vini forastieri.

In qual modo si fa dolce, & suaue.

In qual modo causa dolor di testa.

E' molto facile a patir la muffa, perche l'humor fangoso, & feccioso, hà il vapor grosso & difficile da risoluere, il quale stando sempre appresso al succo, s'attacca al vaso, che lo contiene, & poi nel putrefarsi, che fà, diuenta simile alla bianca lanugine; quando si corrompe, se è dolce & chiaro, facilmente diuenta acido: perche tutte quelle cose, che hanno in se molta humidità, quando si corrompono, si conuertono prima

Come sia facile a patir muffa.

Come si fa acido, dolce & chiaro.

in sapor acido, come fa il latte, il pero, il pomo, il persico, la prugna, il melone; & poi se non s'essiccheranno affatto, ma rimarranno humide, si muteranno in un'acido più & manco forte, qual è l'aceto; pur che però la lor sostanza resti in essere; ilche non accade quando le parti loro si separano affatto, di tal sorte è il vino dolce, chiaro, & ben purgato. Quando poi si corrompe, non sempre si fa marcio, & torbido, ma solamente quando non ancora è separata la parte grossa dalla sottile, & la pura dalla sporca, & che non è ancora fatto ben chiaro; & però se si corrompe inanzi, che si faccia ben chiaro, manco si può chiarir per la putrefattione, perche la parte grossa stà congiunta con la sottile, vnita da quel lentore che è sempre nelle cose, che si putrefanno; & si turba anco più, & acquista un sapore acido, ingrato, & sporco, come fanno ancora li vini, de' quali hauemo detto disopra; & poi non è possibile che diuenti aceto, perche hà seco troppo gran parte grossa, & terrena, la quale insieme con la parte lenta, & tenace, che non si può più dissoluere, impedisce la generatione dell'aceto. Et però se nel fare il vino Romanesco, & massime quello che nasce al piano, prima che si ripona nella cantina sottoterra, & nel metterlo nella botte, vi sarà aggiunta vna poca quantità di vino cotto, ò dell'istesso, ò d'un'altro; & poi sarà tramutato molte & molte volte, sino tanto che dopò alquanti giorni non vi resti cosa alcuna in fondo; a questo modo si purgarà da ogni sorte di feccia, & di sporchezza, & si liberarà ancora da quel nociuo vapore, che suole andare alla testa; & sarà vino non solo durabile, grato allo stomaco, che non offende la testa, che prouoca l'orina, ma tale, che non si potrà desiderare il migliore anche delli forastieri. Percioche quel poco di vino cotto postoli disopra, perche è vino, facilmente & presto si mescola con l'altro; & perche anco è lento, & tenace, prima si sparge per tutta la superficie, & vi si stende a guisa d'un sottilissimo velo, & perche hà anco non sò che del graue, con il scender pian piano, mena seco al fondo tutta la bruttezza, che troua, come se fosse vna sottil rete. Ma perche sino a questo tempo non s'è incominciato a purgare questi vini, & cauargli affatto & intieramente la feccia, quella parte grossa, chè resta dalle molte tramutationi, che si fanno d'un vaso in un'altro, si rompe, si assottiglia, & se ne và al fondo, & insieme si rompono quelli grossi vapori, che noceuano alla testa. Talche si come gli antichi castrauano il vino con li sacchi, accioche più sicuramente se ne potesse bevere in maggior quantità; così con questa frequente tramutatione, il vino fatto più leggiero, si può bevere con più sicuro animo.

Quando nel corrompersi si fa torbido.

Perche questo vino poi che è corrotto non si può conuertir in aceto.

In qual modo al vino Romanesco si possono leuare i suoi difetti.

Il vino Romanesco si può far buono, & simile alli forastieri.

In qual modo il vino cotto acconcia il vino Romanesco.

Et

Nota le qualità buone del vinò Romanesco, quando è fatto come si deue.

Et però durarà longo tempo, perche prima è stato ben purgato, & liberato dalle cose contrarie, che lo poteuano corrompere; sarà suaue allo stomaco, perche sarà netto d'ogni sporchezza, sarà di colore, di sapore, & d'odore sommamente grato & desiderato.

Non nocerà alla testa, perche se bene alcuni di quelli vapori vi saliranno, per esser però ridotti a maggior sottilità, si risolueranno anco presto; prouocarà l'orina, perche essendo la sostanza del vino fatta più sottile, per quella purgatione, si come passa presto alle vene, così facilmente camina alle reni & alla vesica, & con l'istessa facilità è cacciato fuori.

Del vino fatto con le tacchie: & del vino chiamato acquato. Cap. xl.

MA non è da lassar di dire, che alcuni subito, che hanno posto nella botte il vino Romanesco, vi mettono dentro ancora alcuni pezzi di legno di Nicciolo tagliati a guisa di foglie; & questo vino è chiamato vulgarmente vino di tacchie, il quale certo presto si fa chiaro, & spesse volte si giudica suaue, leggiero, & sottile, ma è di poca durata, perche non si mantiene sano a pena sette, ò otto mesi, & nel principio, perche le persone tirate dalla sottigliezza & suauità sua, ne beuono in gran copia, causa dolor di testa, & nell'auuenir ancora, se bene non se ne beue tanto, pur tuttauia noce alla testa; si fa presto chiaro, perche quelli pezzi di legno si separano l'vn l'altro, & si spargono per tutta la botte, perche essendo torti & distorti in diuersi modi, non si possono vnire insieme, ma l'vna parte si separa dall'altra, mentre che quelli pezzi ridotti in circoli, toccano se stessi in grandi interualli: passando adunque il mosto per quelli legni (per esser loro naturalmente secchi) vi lassa dentro quasi tutta la sua feccia, cosa che si conosce facilmente, perche le botti nel fondo hanno al fine pochissima residentia: & questo si fa tanto più presto, quanto più vi si usa diligentia in metter queste cose dentro nel tempo a punto, quando incomincia a riscaldarsi; perche a questo modo diuenta chiaro, mandando al fondo tutta la sporchezza.

Il vino di tacchie è buono, ma di poca durata.

Questo vino causa dolor di testa.

Per qual causa si fa presto chiaro.

Quando si deuono mettere le tacchie in questo vino.

E' poi delicato, perche mentre, che camina in fretta per lo spatio & interuallo di quelli pezzi di legno, il suo calor si rompe, & presto cessa; talche

Per qual causa è delicato.

talche per bollir poco tempo, si fa più dolce, & più delicato. Acquista poi la sottigliezza & la leggierezza, perche purgato a questo modo: si come si spoglia d'ogni parte grossa, così è necessario, che resti più sottile, & più leggiero. E' di poca durata, perche se senza cauarne mai, restarà in quella botte molti mesi, la feccia, la quale è sparsa per tutta la botte, insieme con quelli pezzi di legno, pian piano si và corrompendo; talche il vino ancora ben presto si muffisse, & si fa accido: Ma se poco dopò ch'è ben fatto chiaro, si comincerà a beuere, nel principio sarà grato al gusto, & di nessun danno, & massime se si beuerà con misura, eccetto se forse tentasse la testa per la ragione, che disse Diocle, il qual credeua, che le auellane causassero dolor di testa, & che il legno di quel frutto habbia l'istessa facoltà. Nel tempo adunque che si beue, perche è sottile, passa facilmente per tutto il corpo: perche è suaue, è tirato presto da tutti li membri in ogni parte, perche è leggiero, salta subito alla testa; talche se l'huomo ne beuerà in gran copia, è necessario, che trattenuto da' membri per la suauità, riempia & graui la testa, & in essa produca notabile dolore. Ma nel mezo del tempo suo, & in fine, acquista quel puzzore, che si chiama muffa, restando l'escremento suo in quelli pezzi di legno già priuati in gran parte dell'humidità del vino, & da questo anco si contamina: talche beuutone anco in poca quantità, causa dolor di testa. Finalmente io sarei d'opinione, che quelli, che fanno professione d'esser diligenti in far i vini, tramutassero questa sorte di vino da una botte in un'altra, poiche posteui dentro le tacchie, fosse ben schiarito, perche forse si trouaria, & manco nociuo, & migliore. Vi sono poi anco alcuni, i quali nel tramutar, che fanno i vini Romaneschi d'una botte in un'altra, pigliano quella parte, che è più grossa, & più vicina alla feccia, & la colano con li sacchi. Il simile si fa ancor a Ripa, doue si vendono li vini forastieri; & questi chiamano alcuni i vini conci, alcuni acquetta; la lor natura è di portar poca acqua, prouocano l'orina: ilche forse accade per la forza della feccia; & questo basti d'hauer detto de' vini Romaneschi.

Per qual causa è di poca durata.

In qual modo for le può causar dolor di testa.

Come si fa marcio.

In qual modo il vino di tacchie si può far migliore, & manco nociuo.

Nota il modo di far li vini chiamati vini cõci, o acquetta.

Del vino raspato. Cap. XII.

E' TEMPO ch'io tratti del vino chiamato raspato, ilquale il più delle volte si fa in dui modi; il primo è, quando si mettono li grani

Il vino raspato si fa in dui modi, il primo modo.

grani d'vua nera in vna botte poco meno che piena, & dipoi se gli sopra-
Il secondo modo. pone l'acqua; il secondo si fà, quando si mettono l'vue sino a meza la botte, ò incirca, & poi vi s'aggionge vgual quantità di vino vecchio ottimo, & appresso vn pochetto d'acqua, acciochè più presto si faccia chiaro: la prima sorte è de' poueri, la seconda de' ricchi; ma l'vno & l'altro quanto più presto si scalda, & poi con ogni diligenza s'inter-
In qual modo il raspato si fa più delicato. rompe quel feruore, tanto più delicato riesce: ilche accade quando non si lassa bollire più d'vn giorno, ò doi, ò incirca. Et questo è insieme dolce, & salta & scintilla, il quale effetto è detto da alcuni brillare: & si sente che con suauità punge la lingua, come se si dicesse, che il vino fosse acuto per le molte scintille, che getta; le quali conditioni sono molto ricercate da quelli, che fanno professione di beuer bene, non solo in
Nota la causa per la qual il vino riesce piccante. questa, ma in ogn'altra sorte di vino. Questo si fa dolce, perche quanto manco bolle, tanto più si fa simile al mosto, ilqual di sua natura è dolce. Salta poi in alto, perche quelli spiriti focosi, che si sogliono consumare nel perfetto bollimento, che fa ordinariamente il vino, si trattengono dentro nella botte ben chiusa; & ancor che siano ben riscaldati, non trouano però luogo di poter vscire; ma poi quando il vino si caua, & che si mette in qualche vaso di vetro, come se si fossero aperte le porte, & rotto ogni cancello, manda in alto li spiriti suoi sino all'hora serrati, & quasi insuriati; & insieme getta all'estremità del vaso gran quantità di spuma piena di quelli spiriti focosi, li quali correndo & saltando quà & là, si scontrano l'vn l'altro: & questo atto forse s'esprime con il vocabolo latino vibrare, ma volgarmente, & con corrotto vocabolo si dirà Brillare.

Perche il vino piccante punge la lingua. Punge poi leggiermente la lingua, perche quelli medesimi spiriti, li quali sino all'hora sono stati serrati, & quasi come in riposo, salendo fuori con gran furia, sicome mordono gli occhi, così con la loro sottile sostanza, che è congiunta con vna certa suauità, entrano all'intime parti dell'instrumento del gusto, & passando per tutta la lingua, la penetrano da ogni banda, & in certo modo dolcemente la fendono, & rappresentano vna certa specie di prorito, & di pontura con gran dilettatione. Onde per la sottile & penetrante sostantia del vino, congiunta con vna dolcezza suaue, & gioconda, ne nasce il sapore, che volgar-
Onde nasce il sapore piccante. mente si chiama Piccante, come quello che percote interiormente la lingua, ilquale Latinamente forse si potria dire, che punge con suauità, ò che morsica con dolcezza, ò che percuote con giocondità.

In qual modo il vino raspato è suaue. Il sapor suaue poi che per se stesso non porta altro che suauità, ma lo

spirito

spirito del vino, con ilquale è accompagnato il sapore, nel saltar suo fuori con tant'impeto, & nel penetrar all'intime parti della lingua, causa quella mordacità: Talche si può dire ch'è dolce & grato, perche realmente il soggetto, nel quale è fondato, è di tal natura. Ma poi è mordente, non perche sia grato & dolce, ma perche quello, in che è fondato, per l'estrema sottigliezza, & vehemenza del spirito, penetrando all'instrumento del gusto, presto lo diuide con sottilissime ponture, che se ne vanno, & se ne vengono; & a questo modo il sapor suaue fa il suo effetto con suauità; ma lo spirito, come frenetico & impazzito, passando con furia nel corpo della lingua, la percote, la punge, & la morsica. Dalle quali cose si conosce chiaramente, che il sapore, che si chiama Piccante, non è acre, come molti pensano, nè agretto; poi che acri sono quelle cose (come dice Platone nel Timeo, ilqual Galeno imita nel primo de' semplici medicamenti) le quali applicate al calor della bocca, & da quella mollificate, & riscaldate, rendono quel caldo all'istessa bocca, & l'accendono, & con la loro leggierezza salisconо al capo, & a' suoi sentimenti, & tagliano ciò che se gli fà incontro; ma questo sapore chiamato piccante, oltra che nè scalda, nè taglia, non solo non si mollifica dal calor della lingua, ma più presto in certo modo essicca l'istessa lingua. Però questo sapore non è quello, che punge, ma è la forza, & l'impeto dello spirito, con ilquale è condotto. Oltra di questo bisogna sapere, che & il vino, & il raspato non sogliono acquistar queste qualità, & massime di salir in alto, se non si riscalda facilmente, & parimente, poi c'hà incominciato a riscaldarsi, che non se gli leui ben presto questo riscaldamento: percioche quelle cose, che si lassano lungo tempo bollire, con la vehemenza, & durabilità di quel feruore, perdono ancora tutti li spiriti; ma quelle, che non si riscaldano mai, come fa il vino acquato, non potranno in modo alcuno salire in alto.

Perche è mordente.

Come il sapor piccante non è acre, nè agreuo.

Come questo vino punge.

Come questi vini acquistano la qualità di salire in alto.

L'vn & l'altro raspato tanto de' poueri, quanto de' ricchi, mentre che è di quell'anno, si può beuer senza danno; passato quel tempo, spesso è di danno, & quanto più è fresco, è tanto più dilettenole, & sano; & quanto più è vecchio, tanto più è cattiuo, & d'ingrato sapore: & la causa è, perche essendo li grani dell'vua di sottile, & di grossa sostanza, la parte, che tocca la scorza, è più grossa, & il vino n'esce più tardi, & con più difficoltà; quella, che è lontana, è più sottile, & esce più facilmente, & più presto: nel principio adunque il succo sottile per la maggior parte domina, ma in successo di tempo domina il grosso; & quello è facilmente superato dalla natura per la sua sottigliezza; ma

Il raspato s'è fresco è sano, s'è vecchio, è malsano; & la causa di tale effetto.

Nota la differenza delli grani dell'vua.

questo perche è più solido, & più difficile da risoluere, quando sale alla testa, è necessario che più lungo tempo, & con maggior pertinaccia vi si fermi, & che per l'augumento, che fa con li altri humori, distenda le membrane del cernello, & che produca il dolor di testa.

Del vino acquato. Cap. XIII.

GALENO *nel secondo de gli Alimenti parlando del vino leggiero dice, che tanto quello, che da i Greci è chiamato, δ'υπρία cioè vino secondo, quanto l'altro causa dolor di testa, ma il primo più che il secondo, eccetto se si beuerà con maggior quantità d'acqua. Con questo però bisogna anco sapere, sicome esso dice nell'istesso luogo, che in tal beuanda si troua questa vtilità, che passa più presto per la via dell'orina; nella qual cosa bisogna, che vi sia gran differenza, secondo la varietà della specie delle vue, delle quali si fa: percioche se saranno dolci, oltra che la beuanda sarà più suaue, passarà aneo più presto per l'orina; ma se saranno ò acerbe, ò acide, ne seguirà vna beuanda più insipida, & non così facilmente passarà alle reni. Ma questa sorte di beuanda si fa molto più potente, & con maggior sapore di vino, quando τρὺξ cioè la sua feccia si conserua sino alla primauera, ouero sino all'estate; che se si beue l'inuernata, si come offende manco la testa, così anco prouoca manco l'orina. Queste cose disse Galeno del vino leggiero, & così insieme al giudicio mio s'è detto a bastanza dell'vno & l'altro raspato, & anco accidentemente s'è detta la causa, per la quale alcuni vini saltino in sù, & come si possa dichiarare la natura di quel vino, che si chiama Piccante, & se morde per l'acrimonia, ouero per la sottilità della sua sostanza, che molto penetri; & questo basti hauer concluso del vino Romanesco, ilquale hauemo detto esser molto domestico alla Città di Roma.*

Nota che l'acquato è di varie sorti secondo la varietà dell'vue; ilche si può dire anco de gli altri vini tutti.

Delli vini vicini a Roma. Cap. XIIII.

SEGVITA *che parliamo de' vini forastieri, de' quali alcuni sono vicini alla città, alcuni sono lontani. Ma è bene a parlar prima di quelli che sono vicini a Roma: Questi adunque sono di due sorti, ò crudi, ò cotti. Cotto è quello, che è bollito con il fuoco nelle caldare di rame, hora fin'tanto che non getti più schiuma, hora fin tanto che*

Li vini vicini a Roma sono o crudi ò cotti. Com'è il vino cotto.

che si consumi la terza ò la quarta parte. Crudo è quello, che non è stato cotto a quel modo. Tra quelli, che si cuocono, è il vino di Velletri, di Cora, di Caui, di Rocca di Papa, di Zagarolo, di Santouito, & di Nettuno.

Com'è il vino crudo.
Quali sono li cotti.

Crudo è l'Albano, quello della Riccia, di Castelcandolfo, di Terracina, di Marino, di Grottaferrata, di Frascati, della Ruffina, della villa, di Cesano, dell'Anguillara, di Bracciano, di Pisciarello, di Montarano, della Tolfa, di Cerueti, di Ciuità vecchia, di Canepino, di Valerano, di Giulianello, di Caprarola, & di Soriano.

Quali sono li crudi.

Giuliano poi, Palestrina, Valmontone, Nemi, Gensano, Anagni, & Palombaro, ne hanno di cotto, & di crudo.

Doue ne sono de' cotti, & de' crudi.

Quello di Velletri è il più potente, il più odorato, & il più durabile che si troui tra tutte le sorti di vini cotti; hà una sostanza ferma, che resiste gagliardamente alla corrottione: il color suo è hora rosso, hora fiauo, e di forte nutrimento per esser di sostanza più solida, si cuoce nello stomaco con difficoltà, & questo non può essere, se non perche indura il nutrimento con il quale si mescola, come già hauemo detto, & rende il chilo più grosso, percuote la testa notabilmente, sì perche è molto odorato, sì perche hauendo i vapori solidi & pertinaci, simili alla sua sostanza, con maggior tenacità si fermano nel ceruello.

La natura del vino di Velletri.
Percuote la testa, & per qual causa.

Non è di danno a quelli che stanno in continuo essercitio, & a i serui, & a quelli, che sono di grossa complessione; perche a questi tali non conuiene sottile, ma forte nutrimento: a quelli poi che stanno in riposo, & che hanno la testa debile, è molto dannoso; perche questi, si come fanno poco essercitio, così non possono cuocer vn gagliardo nutrimento.

A' quali sia' vtile il vino di Velletri.
A quali sia di danno.

Quello di Segni, di Cora, di Caui, di Rocca di Papa, & di Zagarolo, si può metter nel secondo luogo di bontà. Ma quello di Santo Vito, & di Nettuno è di gran lunga differente da questo: perche spesse volte prima che sia ben cotto, acquista vna sostanza simile a quella del mosto cotto, l'vno & l'altro paragonato a gli altri vini, che hauemo nominati, è molto debile, per hauer il sapore quasi dell'agresto; nè alcuno si può fidare, che sia per durar molto tempo.

Quali siano li vini di Cora, Caui, Rocca di Papa, & Zagarolo.
Di S. Vito, & di Nettuno.

Poi c'hauemo detto assai delli vini cotti, trattiamo delli crudi. Quello di Terracina è bianco, come si dice, & più presto porta poca, che assai acqua; si conserua sino al secondo anno, non si cuoce male, non offende la testa, lassa di dietro in bocca non sò che poco del sapore astringente; ilqual si chiama volgarmente asciutto, & per questo forse li podagrosi lo beuono volentieri.

La natura del vino di Terracina, & la sua virtù.

La natura del vino Albano.

La sua bontà.

L'Albano è stimato tra i crudi, il meglior di tutti, così bene il bianco, come il rosso, è molto dilettenole al gusto, salta facilmente nel becchiero, & massime il rosso, la causa di questo effetto è stata dichiarata poco di sopra. Poiche è ripostо nelle botti per tutta l'inuernata, è stimato suaue, & accommodato allo stomaco; la testa, se non è più che debile, non ne sente danno alcuno; all'estate non è manco grato, che vtile: & s'è ripostо in vna cantina fredda, si conserua facilmente da vna inuernata all'altra.

Del vino, che porta poca acqua. Cap. xV.

Come fosse il vino che porta poca acqua appresso gli antichi.

NON intendo per vino, che porta poca acqua, quello, del qual parla Galeno nel terzo delli mali acuti; & lo chiama acquoso, perche anco era detto così volgarmente da tutti; & questo è simile all'acqua così di forze, come di sostanza; è transparente, come acqua chiaro, puro, & di sottil sostanza; & da queste qualità si conosce anco la facoltà, perche non offende la testa debile, nè li nerui infermi, & si conosce manifestamente, chè non riscalda; & poco abbasso dice, che non hà alcuna delle qualità, che sono ne gli altri vini, cioè, nè austerità, nè astringenza, nè dolcezza, nè odore: & in somma che a questo solo vino è stato concesso per fauore, di esser priuo di tutti li mali, che possono essere & nell'acqua, & nel vino; fin quì parla Galeno.

Il vino che porta poca acqua, delli antichi hora non si troua. Come si possa far simile a quello.

Ma poi che a' tempi nostri questo vino ò di raro, ò non mai si troua, se alcuno vorrà hauer vn simil vino, gli conuerrà pigliare venti misure di mosto bianco, & meza di acqua, & lassarlo insieme bollire fino tanto che si consumi quella quantità d'acqua; & questa era vsanza d'alcuni antichi, li quali chiamauano questo vino ἀδύναμον, cioè debile, ouero ci potemo seruire de' nostri vini più leggieri, ò qual si voglia altro vino più simile a quello, & farlo acquoso co'l metterui dentro tanta acqua che basti, vn pezzo prima che si beua; accioche si possa far più sicura mistura tra l'acqua & il vino; & di questa sorte forse Hippocrate soleua alcuna volta chiamar il vino acquoso, come nel quarto de' morbi acuti: ma più chiaro, nel terzo parlando de' vini dice προξωίνας δὲ δεῖ ὅπη τὰ μὲν ἄνω πάντα ἢ τὰ κάτω κίνδυνον βλάψει ἦν ὑδαρέστερος ᾖ· τὰ δὲ κατ' ἔντερον ἢ μᾶλλον ὀνήσει ἢν ἀκρατέστερος ᾖ. *le quali parole tradotte in volgare, vogliono dire che ogn'vno deue sapere, che questo se sarà molto acquoso, si come manco offende li membri*

superiori,

superiori, & la vesica, così il più puro, è di maggior aiuto a gl'intestini; Come volse inferir ancora nel terzo de' morbi, nel fine del libro, quando mescola 25. parti d'acqua con vna parte di vino Thasio vecchio; doue dice, ancor che li vini bianchi acquosi fatti di vua già passa, giouano alle febri ardenti, alle quali giona ancora quella acquosità cauata per espressione dall'vue passe. Ma quanto alla misura dell'acqua, & del vino, credo che sarà cosa ragioneuole metter tanta acqua nel vino, che si faccia bianco, & che in esso non si senta odor alcuno. Tanto basta hauer detto accidentalmente di questo vino. E' tempo che ritorniamo al nostro proposito.

De gli altri vini vicini a Roma, che si chiamano crudi. Cap. XVI.

IL vino della Riccia è quasi come l'Albano, di sostanza, & di colore, & di mantenersi buono lungo tempo. Ma è stimato esser vn poco differente nel sapore, perche si come quello inclina al suaue, così questo inclina all'austero; & in ciò ancora adesso conserua la sua antica natura: perche al tempo antico non era come adesso poco, ma molto austero, come Plinio volse ben mostrare nel lib. 14. al cap. 1. con queste parole, dicendo, che Cinea Ambiasciatore di Pirro Re de gli Epiroti marauigliatosi dell'altezza de gli olmi della Riccia, sopra i quali saliuano le viti, motteggiò sopra l'austerità di quel vino, con dire, che meritamente la matre sua pendeua sopra si alta croce: a questo modo dice Plinio, mostrando che il vino della Riccia anticamente fosse notabilmente austero.

Il vino della Riccia.

La differenza ch'è tra il vino della Riccia, & quello d'Albano.

Anticamente il vino della Riccia era molto austero.

Nota l'arguto detto di Cinea Ambasciatore de gli Epiroti sopra il vino della Riccia.

Quello di Castel Candolfo è bianco, & rosso, simile all'Albano, & come quello si conserua; è però differente, che qualche volta è leggiero, qualche volta è alquanto più gagliardo, quello è ottimo all'estate, questo l'inuernata; nè l'vno, nè l'altro offende la testa; ambidui sono di grato sapore, accommodati allo stomaco, & massime quello, che è alquanto più gagliardetto, perche s'accosta alla natura della Centola, della quale abbasso si tratterà.

Il vino di Castel Candolfo, & la differenza, che è con l'Albano.

Quello di Marino dicono che è solamente bianco, & che si conserua nel modo istesso, come l'Albano bianco; è grato allo stomaco, si sente molle, cioè, che è ben purgato, & senza asprezza.

Il vino di Marino.

Quello di Frascati per la maggior parte è bianco, porta poca acqua, & hà

Il vino di Frascati.

& hà dell'acido, onde non è molto grato.

Il vino della Ruffina, & della villa.

Quello della Ruffina, & della Villa così bianco, come rosso è poco differente da quello di Frascati, & non è di manco bontà, che sia l'Albano.

Il vino di Cesano.

Quello di Cesano è più spesso è rosso, che bianco, facilmente si cuoce; è accommodato allo stomaco, ne suole tentar la testa.

Il vino dell'Anguillara.

Quello dell'Anguillara è quasi simile al vino di Cesano, ma è più suaue, & più fermo, salta leggiadramente nel bicchiere, si beue commodamente, & d'inuerno, & d'estate, è conueniente allo stomaco, & si conserua ancora fino al secondo anno.

Il vino di Bracciano.

Quello di Bracciano è quasi al tutto simile al vino dell'Anguillara, non solo nel colore, ma ancora nella virtù.

Il vino di Pisciarello.

Quello di Pisciarello, che è vn luogo vicino a Bracciano, è per il più bianco, ma di tanta suauità, & leggierezza, che (si come tutti credono) si può dar sicuramente a gli ammalati, & tanto più, perche conforta lo stomaco, non offende la testa, & ristora presto le forze.

Si può dar sicuramente a gli ammalati.

Il vino di Monterano.

Quello di Monterano stà in mezo tra il vino di Pisciarello, & quello dell'Anguillara; è più spesso nero, che bianco, piace allo stomaco, salta in sù, & inuita al beuer con la sua suauità.

Il vino della Tolfa.

Quello della Tolfa non si cuoce facilmente: perche è alquanto duro, e bianco & rosso; se si beue nel loco, doue nasce, è migliore, poi che non riesce buono, s'è condotto altroue.

Il vino di Ceruetо.

Il vino di Ceruetо è simile a quello della Tolfa in colore ma è più suaue, & più leggiero, se bene alle volte hà vn poco del durettо; ma se non hà questa qualità, è perfetto, & anco facilmente si conserua.

Il vino di Caprarola.

Quello di Caprarola se ben porta poca acqua, hà però alquanto di odore, ma molto grato, chiamato da alcuni aromatico; se ne troua di quello, che hà vn poco dell'austero, & che declina da questo sapore, al suaue: nessuno di essi nuoce alla testa, ambidui presto si cuocono, eccetto se forse degeneraranno nel sapore dell'agrestо; si danno sicuramente a quelli ammalati, che hanno bisogno di vino; doue nasce è molto più stimato, che s'è portato altroue; eccetto però se la cantina, doue è riposto, sarà frigidissima: è vero che facilmente gli mancano le forze; & per questo ancora facilmente si fà acido.

Questo vino si dà a gli ammalati.

Il vino di Canapino.

Quello di Canapino ò rosso, ò bianco che sia, è alquanto più gagliardo del vino di Caprarola: nel restо poi è quasi simile, eccetto che hà quell'odore così grato.

Il vino di Valerano, & Iulianello.

Tra questo & quello di Vallerano, & Giulianello non v'è molta differenza.

Delli

Delli vini propinqui a Roma, li quali se ben sono del medesimo luogo, alcuni sono crudi, alcuni cotti. Cap. XVII.

QVESTO *hauemo detto de' vini crudi vicini a Roma, seguita che trattiamo di quelli, che hora sono crudi, hora sono cotti.*

Alcuni dicono, che quello di Nemi, & di Genazano, s'è cotto, si può comparar a quello di Caui, & di Zagarolo, se è crudo, è spesso simile a quello della Riccia: & per questo per la somiglianza che hà con quello della Riccia, si vende spesso a Roma sotto quel nome, & è bianco & rosso. Il vino di Nemi, & Genezano. Qual vino si vende in loco di quello della Riccia.

Quello di Giuliano quando è crudo, è più austero, ne dura molto tempo, s'è cotto, è di poca possanza. Il vino di Giuliano.

Quello d' Anagni, & di Valmontone è simile a quello di Giuliano, quando non è cotto; ma s'è cotto, è molto migliore, & si conserua più lungo tempo. Il vino d' Anagni, & di Valmõtone.

Quello di Palestrina, & di Palombara, s'è crudo, mostra di esser rosso, & non bianco; ambidui così li crudi, come li cotti, sono gagliardi & durabili. Il vino di Palestrina, & di Palombara.

Delli vini forastieri, che sono molto distanti da Roma. Cap. XVIII.

SIN'HORA *hauemo ragionato de' vini vicini a Roma, segnita che trattiamo di quelli, che sono lontani. Di questi, alcuni sono nel Regno di Napoli, cioè che vengono ò dalla terra di Lauoro, ò dalla Calabria, & questi si chiamano vini Calabresi, li quali si trouano, passando il fiume Sylari, con il quale anco la Basilicata si contiene: alcuni vengono da Sicilia, alcuni da Corsica, alcuni dalla Riuiera di Genoua, onde si chiamano Genouesi, alcuni da Port' Hercole, alcuni dalla Francia, & questi, se ben communemente si chiamano Francesi, vengono però per la maggior parte dalla Prouincia di Narbona. Quelli che vengono dalla terra di Lauoro, hanno il nome hora di Greco di Somma, hora di Greco di Resina, hora di Greco di Santo Anastasio, hora di Greco Ottaiano,* Vini Calabresi. Vini Siciliani. Vini Genouesi. Vini Francesi. Quante sorti di vino Greco si trouino.

Ottaiano, hora di Greco di Torre, hora di Greco di Pausilippo, hora di Greco d'Ischia, cioè dell'Isola detta anticamente Enaria. Dopò questi vi è il vino Latino, la Lacrima, l'Allianico, il Mazzacane, il S. Seuerino, il Magnaguerra, l'Asprino, il Vernotico, il Pausilippo minore, perche porta poca acqua: il vino di Salerno; & tutti questi vini nascono in terra di Lauoro.

Vino Latino.

Di quante sorte di vino, che nasca in terra di Lauoro.

Tra i vini che vengono di Calabria, si raccontano questi, cioè, l'Eropolio, Castello Albatio, Montemauro, l'Acciaiolo, Lagnionio, Policano, Pesciotto, Centola, Sangianni, Scalea, Ossomartio, Chiarello, Beluedere, Paola, che è bianco & rosso, & è chiamato da alcuni Falsamico, Vernazza, vino di Tropea; & questi sono li vini chiamati Calabresi.

Li nomi delli vini che vegono di Calabria.

Da Sicilia pochi se ne conducono a Roma, & sono di due sorti, cioè, vno chiamato vino di Carinola, l'altro si chiama priuatamente vino di Sicilia.

Il nome delli vini, che vengono di Sicilia.

De i Corsi vi è quello chiamato Pietranera, il Centurio, il Capocorso, il Branno dell'Elba, che nasce nell'Isola dell'Elba, che è poco lontana dall'Isola di Corsica.

Il nome delli vini di Corsica.

Dalla Riuiera di Genoua ne viene il Cinqueterre, il Razzeso, il Moscatello, il quale da alcuni è detto Apiano; oltra di questo il Moscatello di quel luogo, che si chiama Tagio. Et di più vengono certi vini, che portano poca acqua. Quelli di Port'Hercole poi sono tutti d'vna natura.

Il nome delli vini, che vengono dalla Riuiera di Genoua.

Li Franceſi, li quali si chiamano vini Prouenzali, sono & bianchi, & neri. Io sò benissimo che molti pensaranno, che n'habbia lassati assai, perche ogn'vno hà la sua inclinatione à qualche particolare vino, & pur che sia possibile, se lo fanno condur da luoghi lontanissimi; ma mi pare hauer fatto assai a nominar quelli, li quali sono in maggior vso a Roma.

Del vino Greco. Cap. XIX.

Dome nasce il Greco di Somma.

IL Greco di Somma è nobilissimo tra tutti gli altri vini; nasce sopra il Monte Vesuuio nella più alta parte, che incomincia a declinare nel luogo, doue è la città di Somma, & alcune altre Ville, che volgarmente si chiamano Trocchia, Polla, & Massa; risplende del color d'oro, non è di molto grand'odore, ne graua la testa, come quello di Velletri, ma di grato odore, & dilettenole sapore, poi che hà acquistato la sua perfettione, quanto più è nuouo, tanto più è delicato, & quanto più è

Le qualità del Greco di Somma.

vecchio,

vecchio, è tanto più aspro; è il più potente vino, che si beua a Roma, fuori che quel di Velletri; oltra di questo è gagliardo & potente, non se ne troua di nero: si mantiene lungo tempo, ma non si cuoce nello stomaco troppo facilmente; nutrisce assai, & per questo porta danno a quelli che mangiano assai, & massime a putti, & a donne, eccetto se forse sono molto continenti: percioche quando si mangia assai, & che insieme si beue vino potente in gran quantità, le vene si riempiono di quella beuanda più presto di quel tempo, che possano tirar qualche nutrimento da i cibi: per la qual cosa il nutrimento lassato troppo nel ventricolo, & fuori dell'ordinario della natura, si corrompe; oltra di questo li istessi cibi mentre che si cuocono con il vino tanto potente, si fanno più duri; onde cocendosi li cibi nello stomaco, nel modo che si cuocono nell'acqua, ilche bisogna che si faccia con l'humido, ne seguita, che per il beuer di questo vino a pasto, & massime mangiando & beuendo assai, si fa sempre cattiua concottione. Et questo si può veder facilmente con l'essempio della carne, la quale se sarà cotta co'l vino, si smaltirà sempre con maggior difficoltà, che se sarà cotta con l'acqua. Nuoce a quelli che hanno difficoltà d'orina, sì perche prouoca l'orina, sì anco, & molto più, perche mentre che il vino si muta nello stomaco, diuenta acido, quasi come l'aceto, si come ogn'uno può prouare, se alle volte, ancor che sia sano, vomitarà dopò il cibo (si come di sopra hauemo insegnato) & l'aceto è poi contrario alla vesica; & tanto più, quanto che il vino, del quale si fa quell'aceto, sarà potente. Nuoce a quelli, che hanno la testa, & lo stomaco debole; nuoce mirabilmente a quelli, che mangiano gran copia di carne: ma gioua poi a quelli, che non ne mangiano; & tanto più se quelle cose, che pigliano, non saranno in troppa quantità. Non è di danno a quelli, che s'essercitano assai; a quelli che stanno in otio è sempre di sospetto, eccetto se saranno molto sobrij. Nuoce a beuerlo l'estate, eccetto se si beue con grandissima quantità d'acqua; per il contrario gioua a beuerlo l'inuernata; gioua a quelli che mangiano poco, & a quelli, che digiunano quando si beue con misura; non nuoce mai a quelli, che hanno la testa robusta, & lo stomaco gagliardo; & se è vero che si muta facilmente quando è mescolato con altro vino, si può credere, che se sarà beuuto non solò con acqua, ma con altro vino, si altererà, & si cuocerà più facilmente nello stomaco. Alcuni pensano, che questo vino, sia quello, che anticamente si chiamaua Greco, sì perche hà il medesimo nome, sì anco perche è così eccellente, che si fa con questo, come si faceua con il Greco al tempo antico, tanto

Il Greco di Sõma non è così potẽte, come il uino di Velletri.

A' quali non conuenga il Greco di Somma.

Il dãno che segnita dal beuer di questo uino.

Perche nuoce a quelli, che hanno difficolta d'orina.

A quali giouail Greco di Somma.

Se il Greco di Sõma è il Greco de gli antichi, & come tal cosa si proui.

era grato, come dice Plinio nel lib. 14. del quale se ne soleua dare nelli banchetti vn solo bicchiere per vno a tutti; & per tal causa vogliono, che sia quell'istesso. Ma il Greco de gli antichi era nominato in dui modi, vno si chiamaua Greco falso, come dice Cornelio Celso nel terzo libro; l'altro si chiamaua Greco semplicemente senz'altra gionta; nè quà occorrea prouare, che questo del quale hora si disputa, non sia il Greco falso; essendo cosa tanto chiara, che non ha bisogno di proua; perche quello si faceua ò con il sale, ò con l'acqua del mare ancor salata, come si vede appresso Catone, nel libro delle cose Rustiche, & in Columella, & anco in Plinio, nel lib. 14. Ma il nostro Greco, come ogn'vn sà, non riceue nè sale, nè acqua salata, quando però è fatto come si deue; però non può esser il Greco falso.

In qual modo si proua, che non sia quello, il Greco de gli antichi era di due sorti, cioè, ò falso, ò semplicemente Greco.

Che non sia quello che era falso.

Dirà alcuno, che questo nostro è quell'istesso de gli antichi, che era condito con l'acqua del mare, nondimeno non era salato (come dice Palladio) perche, dice egli, era composto con quell'acqua marina, la quale si conseruaua vn'anno intiero; nel qual tempo non solo perdeua l'amaritudine, & odor suo naturale, ma anco si faceua dolce; per la qual cosa poteua facilmente hauer tanto sapore, & tanta gratia, quanta gli attribuisce Plinio; ma questa opinione si ribatte così bene, come quell'altra, perche questo nostro si fa senza mistura d'alcun'altro liquore.

In qual modo si può dire che sia quello de gli antichi.

Come nõ sia quello de gli antichi.

Se adunque alcuno pensarà, che il Greco de gli antichi fosse nè falso, nè composto di altra cosa, ma puro & semplice; & che si conceda, che questo venisse non da tutta la Grecia, come è verisimile, ma da alcuni luoghi suoi particolari, è necessario a conceder, che venisse ò dall'Isola di Metelino detto Lesbo da gli antichi, ò da Thasia, ò da Choo, ò da Rhodi, ò da qualch'altro simil luogo. Talche essendo sin'hora incognita la verità di questo fatto, cioè, che il Greco de gli antichi nascesse in alcuno delli detti luoghi, & che si facesse senza condimento; deue anco parimente esser sin'hora incognito, che il Greco nato nel monte Vesunio habbia origine da quel vino, ilqual anticamente si chiamaua Greco.

Doue nasceua il Greco de gli antichi.

Come non si può sapere, che il Greco di Somma habbia origine dal Greco de gli antichi.

Alcuni vogliono, che sia quello, che anticamente si chiamaua Falerno, perche hà color d'oro come quello; è eguale a quello in gagliardezza, & è celebratissimo; altri vogliono, che sia lo Amineo. Ma molte proue vi sono, che non sia il Falerno; prima, perche questo nostro Greco nasce nel monte Vesunio, & il Falerno nasce in vn Territorio, che si chiama Falerno; & questi luoghi, come ogn'vn crede, sono distanti l'vno dall'altro. Oltra di questo del Falerno se ne trouaua non solo di bianco, cioè di color d'oro, come è questo nostro, ma anco del rosso, & del nero; ma

Alcuni vogliono che sia il Falerno, altri l'Amineo.

Come non può essere il Falerno.

questo

questo nostro è solamente bianco. Il Falerno era in opinione di oscurar la vista, come dice Plinio nel libro 23. cosa che sin'hora non è stata detta, nè notata da alcuno del nostro Greco. Quelli che credono che sia l'Amineo, si sforzano di prouarlo a questo modo, cioè, che l'vue Aminee per l'auttorità di Columella, & di Plinio nasceuano nel Monte Vesuuio, & di queste ve n'erano cinque sorti, delle quali la minore, come dice Plinio nel libro 14. nasceua nel monte Vesuuio, & ne' colli di Sorento. Talche hauendo il primo luogo le vue Aminee come esso dice nell'istesso luogo, perche con la sua gagliardezza giouauano molto a' vecchi, & il lor vino daua la vita ad ogn'vno, onde il Poeta dice:

Come si proui che sia l'Amineo.

Sunt & Amineæ vites fortissima vina.

Et le vue, dalle quali si fa il nostro Greco, nascono nel monte Vesuuio, & sono piccole eguali alle Aminee minori, & il vino, che ne nasce, è gagliardissimo sopra tutti gli altri vini, onde debitamente gli conuiene il nome di principato: adunque questo nostro Greco di Somma sarà compreso sotto vna spetie del vino Amineo de gli antichi; & tale è il loro argomento. Ma questi ancora si come fanno l'argomento falso, così non prouano cosa alcuna. Prima perche il vino Amineo era rosso & nero, poiche alcune vue Aminee erano nere chiamate Siriace, come dice Plinio, nel lib. 14. & il nostro Greco non è nè nero nè rosso: Oltra di questo tra i vini Aminei ve n'era dell'austero, come dice Cornelio Celso, nel quarto libro, & nel nostro Greco non si troua alcuna sorte di austerità; per la qual cosa si conclude, che il Greco di Somma, che hora noi beuiamo, non è il Greco de gli antichi, nè è il Falerno, nè l'Amineo.

Risposta alla detta proua, come nō conclude.

Come il Greco di Somma non è il Greco de gli Antichi, ne il Falerno, nè manco l'Amineo.

Ma se alcuno volesse rispondere a queste nostre ragioni, perche il nostro Greco non solo è bianco & suaue al gusto, ma anco nero, rosso, & austero, cosa che si può prouare, perche nel monte Vesuuio vi nascono vini rossi, neri, & austeri; questa risposta potria parere assai buona, se li vini de gli antichi, che erano bianchi, rossi, & neri, si fossero chiamati Grechi, ò Falerni; ma perche si come erano di diuerse facoltà, così ancora haueuano diuersi nomi, è verisimile a dire, che il nostro Greco non sia nè rosso, nè nero, nè austero, & non confondersi ogni giorno, & in ogni luogo in varie dubitationi, & spesso contrarie intorno a questo medesimo soggetto, & contender perpetuamente con tutti, che quasi tutto il giorno non si può attendere ad altro, quando tra alcuni in Roma si ragiona de' vini potenti, & massime di questo Greco, che refutare, & approbare hora queste, hora quelle ragioni.

Il Greco di Sōma non è ne rosso, ne nero, nè austero.

Ma chiamisi questo vino come si voglia, perche già per la longa

esperienza è cosa chiara quali, & quante, & di che sorte siano le forze di questo nostro Greco, mi pare cosa molto superflua a consumare più tempo per venir in cognitione qual vino fosse questo al tempo de gli antichi; & tanto più, perche quando bene si sapesse chiaramente, non saria di maggior vtile di quello che saria, se solamente si sapesse, che fosse quell'istesso, che era l'Amineo de gli antichi. Quanto poi spetta all'altre cose, che risguardano le facoltà sue, mi pare conueniente a credere più alla nostra, che all'esperienza de gli antichi, eccetto se forse le cose vecchie corrispondessero con le presenti. Ma perche il mondo & le altre cose hanno i suoi tempi, si vede manifestamente, che (secondo che il nascere & declinare delle cose si congiongono) non solo vn diuerso luogo fa vn diuerso vino, ma vn'istesso luogo in vario & diuerso tempo farà alle volte vn diuerso vino.

E' cosa superflua a consumar il tempo per cercar qual fosse questo vino appresso gli Antichi.

Le cose antiche nó corrispondono alle presenti.

Vn'istesso loco in diuersi tempi farà vn diuerso vino.

Basta hauer detto queste cose del Greco di Somma, & di quello di Trochia, & di Pola, & di Massa nel monte Vesuuio, tanto più, perche si stima che queste quattro sorti di vino siano vguali in natura, & in bontà.

De gli altri vini forastieri. Cap. xX.

Le qualità del Greco di Resina.

QVELLI che sono in opinione di conoscer li vini a' nostri tempi, dicono, che il Greco di Resina è manco grato, che il Greco di Somma; ma che per esser più accommodato allo stomaco, più facilmente anco si cuoce, che tenta manco la testa, & che si conserua più lungo tempo.

Le qualità del Greco di S. Anastasio.

Il Greco di S. Anastasio è grosso & grasso, si muta facilmente d'vn colore in vn'altro, & nuoce notabilmente allo stomaco.

Le qualità del Greco Ottauiano, & come si vende in cambio del Greco di Somma.

Il Greco Ottauiano si può metter per simile a questo; onde li mercanti lo mescolano con il Greco di Somma; poi rischiarato che l'hanno con il chiaro d'ouo, lo vendono per Greco di Somma; ma però è più leggiero, & più suaue.

Le qualità del Greco di Torre.

Il Greco di Torre è per il più, grasso & dolce, diletta il gusto, conforta lo stomaco, non si conserua lungo tempo, & diuenta facilmente nero.

Le qualità del Greco di Paulilippo.

Il Greco del monte Pausilippo è il miglior di tutti, perche è leggiero, suaue al gusto, grato allo stomaco, in particolare gioua a' nobili, & a quelli che habitano nelle Città, che non hanno la complessione molto robusta;

robusta; di sua natura non offende la testa, si cuoce facilmente, soauemente nutrisce, & si conserua lungo tempo sincero.

Il Greco d'Ischia, cioè quello, che nasce nell'Isola Enaria, hora Ischia, naturalmente matura presto, gioua allo stomaco, si cuoce facilmente, non tenta la testa di sua natura; ma se in particolare si considera quello che nasce nelle due ville chiamate Foria & Panza, dirò che non hà alcuna grassezza in se; onde a guisa di Sorbe essicca li labri; & si come fa questo effetto, così stringe ancora il corpo. Ma se sarà dolce, si deue anteporre a tutti gli altri vini di quell'Isola, come che sia migliore di tutti, & che non stringa il corpo, & che facilmente si mantenga all'estate. Queste cose hauemo detto de' vini Greci, che suol beuere il Popolo Romano.

Le qualità del Greco d'Ischia.

Il Greco d'Ischia dolce è meglio de gli altri.

Il vino chiamato Latino nasce in quelli medesimi luoghi, doue nasce il Greco di Torre; è bianco, come volgarmente si dice, hà principalmente vn poco del grosso, & dolce; piace l'inuernata, si fa presto nero, causa ostruttione, l'estate diuenta aceto.

Le qualità del vino Latino.

La Lacrima, la quale è ottima, nasce anch'ella nel monte Vesuuio, rossetta di colore, ilqual si dice volgarmente Claretto, gioueuole allo stomaco, dilettеuole nel beuerla, facilmente si cuoce, dura non solo per vn'anno intiero, ma anco molto più.

Le qualità della Lacrima.

L'Aglianico è rosso, & quasi nero, di sostanza grossa, odorato, ma non offende la testa, è soaue al gusto, quadra all'appetito, facilmente si cuoce, ristringe il corpo, si mantien buono lungo tempo.

Le qualità del vino Aglianico.

Il Mazzacane nasce principalmente appresso alla villa, che si chiama Vico, & sopra le colline di Sorento; è molto sottile, & leggiero, di color d'oro; qualche volta hà vn poco dell'acido, & spesso hà dell'agrestino, non è conueniente allo stomaco, che riceua poco cibo, ma è ben buono più che qual si voglia altro a quelli, che mangiano assai, difficilmente dura fino all'estate, si cuoce presto, & senza molestia, causa dolor di testa ad alcuni, cosa che forse potrà essere di marauiglia a qualcuno; & questo per ventura sarà, perche alcuni ne beueranno più del douere, ò perche per esser sottile passa presto alla testa, & iui per la presentia del calore, si condensa (doue che l'acqua per il contrario s'ingrossa) & nell'istesso luogo si ferma più tempo, & poi accresciuto da più copiosa beuanda, empie il ceruello, & distende le membrane sue, & iui causa dolore, il qual però dura poco, perche facilmente si risolue per la sottigliezza, & tenuità delle sue parti.

Le qualità del Mazzacane.

Per qual causa il Mazzacane causa dolor di testa.

Il Sanseuerino è rosso, porta poca acqua, si cuoce facilmente, rappresenta

Le qualità del San Seuerino.

presenta l'agresto con il debole sapore, spesso è di poco vtile a quelli, che hanno lo stomaco voto, & che si nutriscono poco; & qualche volta anco è di danno.

Le qualità del Magnaguerra.

Il Magnaguerra nasce quasi ne' medesimi luoghi, è vino molto grosso, rosso, & dolce; fa l'officio, & supplisce al bisogno del mangiare & del beuere, causa opilatione; & quelli che spesso ne beuono, sono pericolosi d'ammalarsi.

Le qualità del vino Asprino.

L'Asprino all'incontro è bianco, nasce appresso a Capua, Auersa, Gioiano, & Sant'Antimo, si cuoce facilmente, con difficoltà dura sino all'estate; ma se dura, suol esser sommamente grato quanto allo stomaco, è simile a quello di San Seuerino.

Le qualità del Vernotico.

Il Vernotico è bianco, & nasce a Nola, è ben simile all'Asprino, ma poi è migliore, perche offende manco lo stomaco, facilmente si vince; è soaue nel beuere, non ingrato nel sapore, & si conserua l'estate.

Le qualità del Pausilippo.

Il vino del monte Pausilippo, che si dice che porta poca acqua, è bianco, & rosso, & molle; & questa qualità da gli antichi si chiamaua defecata; è senz'asprezza, & volgarmente si dice maturo; non si cuoce con difficoltà, è commodo allo stomaco; gioua l'inuerno & l'estate a quelli, che hanno lo stomaco debile.

Le qualità del vino di Salerno.

Il vino di Salerno è il più delle volte di colore tra rosso, & ciresolo, ma qualche volta, benche di raro, è bianco, cioè di color d'oro; hà alquanto del rosso, ò del giallo; l'vn & l'altro e soaue al gusto, accommodato allo stomaco, non offende la testa: quanto alla forza è mediocre, dura per tutta l'estate.

Le qualità del vino d'Acropoli, e Lapposo.

Il vino d'Acropoli è bianco, & tenace alquanto nel toccarlo, & si attacca a' labri; & questa sorte di vino è chiamato Lapposo, è quasi austero al gusto, non si conserua molto tempo.

Le qualità del vino di Castel Abbatio.

Il vino di Castel'Abbatio è nel colore tra'l molto bianco, & giallo gagliardo; è vino di famiglia, non si cuoce molto facilmente, dura longhissimo tempo.

Le qualità del vino di monte Mauro.

Il vino di monte Mauro, ilqual si chiama & soprano, & sottano, alcuni anco lo chiamano di Carichio, & di Celso, è bianco, nel modo però che communemente il vino si chiama bianco, è di grato sapore, durabile, & buono per la famiglia.

Le qualità del vino Acciaiolio, & Lignonio.

L'Acciaiolio, & Lignonio ambidui sono bianchi, & molto potenti, durano assai, & percuotono la testa.

Le qualità del vino Policano.

Il Policano è di gran forza, & è in vn certo modo simile alla Vernaccia, è bianco sì, ma inclina al rossetto; è alquanto difficile da digerire;

rire: è buono per li serui, & per li contadini.

Il Pescioto è bianco, & simile alla Centola: però è alquanto più tenace al toccarlo, s'attacca a' labri, & è alquanto aspro: è duro da cuocere, se l'estate sarà gran caldo, facilmente si corrompe: del negro poi nõ n'è in tanta copia, ma è ben dilettenole con vn poco di astringẽtia. Le qualità del vino Pescioto.

La Centola è vino bianco, & hà l'odor di viole, conueniente allo stomaco: si cuoce senza molestia, non offende la testa, è vtile alli sani, & a gli ammalati: rappresenta al gusto vna certa leggiera tenacità: si mantiene sicuramente sino al secondo anno. Le qualità della Centola.

Il vino di S. Giouanni è più leggiero, che la Centola, ma è manco molle (come dicono i Latini) piace a tutti, & nel beuerlo, & nel gustarlo; si dà sicuramente a gli ammalati & a' sani. Le qualità del vino di S. Giouanni.

La Scalea è di bel colore, cioè, che hà alquanto del rosso, rappresenta alla bocca vn poco di tenacità, è odorato, dilettenole nel beuerlo, nõ nuoce allo stomaco, l'estate facilmente si corrompe, & si conuerte in aceto. Le qualità della Scalea.

L'Osso Martio hà alquanto dell'aspro, dell'acido, & del bianco, ma hà tutte queste qualità in debol grado: non nuoce però allo stomaco, non si conserua per molto tempo. Le qualità dell'Osso Martio.

Il Chiarello è di color d'oro, ò rosso, ò poco meno che giallo, è risplendente, hà poco odore, non offende la testa, s'accosta con il sapore all'esser suaue, conforta lo stomaco, non si cuoce con difficoltà, finalmente è sano, & durabile. Le qualità del vino Chiarello.

Li vini di Maura, di Grisolo, & dell'Abbate Marco, i quali sono luoghi vicini a quello doue nasce il Chiarello, sono ben simili al Chiarello, ma non durano così longo tempo, nè sono di tanta perfettione, nè di sapore tanto soaue, nè manco piacciono tanto allo stomaco: & non per questo gli nuocono, anzi più presto gli giouano, & nõ offendono la testa. Le qualità del vino di Maura, di Grisolo, & dell'Abbate Marco.

Il vino chiamato Beluedere, alcuno è bianco, & questo par bello a vederlo, non dispiace allo stomaco, è mediocremente gagliardo, ma non è molto durabile; alcuno è rosso, & questo similmente è bello nel vederlo, non piace molto alla bocca, perche alcuni vogliono, che essicchi troppo; & per questo è conueniente alli podagrosi; il rosso dura più che il bianco. Le qualità del vino Beluedere.

Il vino chiamato Paola è di due sorti, bianco cioè, & rosso; il bianco quasi s'accosta al rossetto; è gagliardissimo, & è vino di famiglia; è simile al sapore della Vernaccia, si cuoce difficilmente, riempie la testa; il rosso è chiamato Falsamico, è molto grosso, & d'vna rossezza tanto intensa, che quasi s'accosta al nero, & s'accommoda facilmente allo stomaco; se l'vno & l'altro è sincero, durano longhissimo tempo. Le qualità del vino detto Paola. Qual sia il vino Falsamico.

La

Le qualità della Vernaccia. Si fa in due luoghi, in Acciaioli; & in S. Niceto.

La Vernaccia, cioè quella, che si fa in Acciaioli, è perfetta, soaue, & molto amica allo stomaco; ma quella, che si chiama di S. Niceto, è ben simile all'altra, ma tanto potente, che se vno ne beue vna volta, non ne può beuer l'altra, senza nocumento; ambedue empiono la testa, & durano longhissimo tempo.

Le qualità del vino di Tropea.

Il vino di Tropea non pare molto differente dalla Vernaccia, ma non è sicuro nel conseruarsi; è conueniente alli serui, & a contadini; & questo basta circa a i vini del Regno di Napoli.

Del vino Siciliano.

Le qualità del vino di Carinola.

IL vino di Carinola nel gusto, nel colore, & nel sapore, è quasi vguale al Greco, ma non così grato, nè così perfetto; dura lungo tempo, ma rare volte si conduce a Roma.

Le qualità del vino detto propriamente Siciliano.

L'altro, che habbiamo detto, che si chiama generalmente Siciliano, è bianco, ma di color tanto carico, che quasi s'accosta al giallo; è di gran forza, è più conueniente a gli huomini assuefatti a fare grand'essercitio, & alla plebe, che alla Nobiltà; è ben durabile, ma qualche volta diuenta acido.

Del vino Corso.

Le qualità del vino detto Pietranera.

IL vino chiamato Pietranera diletta al gusto, si sente soaue, & è antiposto a gli altri vini di Corsica, & dura più lungo tempo de gli altri, ma causa però ostruttioni.

Le qualità del vino detto Cēturio.

Il Centurio è ben dolce, & grato al gusto, ma l'estate si fa acido, & facilmente causa ostruttione ne i corpi che lo beuono.

Le qualità del vino detto Capocorso.

Il Capocorso spesso si fa da' mercanti più dolce che non è, con l'artificio; percuote la testa, fa ostruttione a quelli che lo beuono.

Le qualità del vino detto Branno.

Il Branno hà manco del grasso, & per questo lo chiamano asciutto; noce manco allo stomaco, non dura però molto.

Le qualità del vino dell'Elba.

Il vino dell'Elba è leggiero, ha alquanto del bianco, è austero, rare volte si troua molle; & questo chiamiamo noi maturo; quello poi che è sincero, si conserua molto tempo.

Delli vini della Riuiera di Genoua.

Le qualità del vino di Cinqueterre, & del Razzeso.

IL vino di Cinqueterre, & massime il Razzeso, è quasi simile al Greco, al gusto è dilettenole, risplendente di color d'oro, non si risolue

risolue in vapore tanto come fa il Greco, & per questo non percuote tanto la testa: si cuoce più facilmente; piace più al palato, & è di longa durata.

L'Apiano, ilqual da alcuni è chiamato Hippocrasso, nutrisce assai, ingrassa mirabilmente, è alquanto più bianco del colore della Vernaccia; se è intero dura longo tempo, ma rare volte si conduce a Roma. Le qualità del vino Apiano detto da alcuni Hippocrasso.

Il Moscatello, & massime di quel luogo, che si chiama Tagia, è ottimo & durabile; nel sapore è molto grato, è simile all'oro nel colore, nondimeno è alquanto opilatiuo. Le qualità del Moscatello, & di Tagia.

Il vino del Genouese, che porta poca acqua, è bianco & rosso, non nuoce alla testa, hà vn poco dell'aspretto, & austero; & nell'estate si corrompe facilmente, se non è posto in cantine fredissime. Le qualità di quello, che porta poca acqua.

Del vino di Port'Hercole.

Di questo non se n'ha troppo spesso, ma è conueniente allo stomaco, ha odor suaue; quello che è sincero, si conserua facilmente; & pare che stia in mezo tra il Greco, & il Chiarello. Le qualità del vino di Port'Hercole.

Del vino Francese.

Il vino Francese, ilqual si conduce a Roma dalla Prouenza, è bianco & rosso, ma si allontana alquanto dall'vno & dall'altro; ne è molto durabile. Del biano ve n'è del soaue, & che ha vn poco dell'austero, questo è d'vn colore meno che bianco, chiamato da alcuni Bianchetto; quello è di color d'oro; però è molto conueniente & di aiuto allo stomaco; il rosso piace assai all'inuernata, ma stringe molto, & l'estate facilmente si fa acido. Le qualità del vino Francese.

Dell'Aceto, & del Mosto cotto. Cap. xxI.

BENCHE *l'Aceto, & il Mosto cotto non si possa metter tra le beuande, nè tra i vini, ma tra i condimenti, si possono però metter nel numero de i vini, perche quello nasce dal vino, & questo dal mosto.* Perche l'Aceto, & il Mosto cotto si mettono tra'l numero de' vini.

L'Aceto adunque stringe, rinfresca, mitiga la tosse vecchia, & incita la nuoua, beuuto con acqua smorza la sete nata dal caldo, offende i nerui, nuoce alli melancolici, estenua il corpo, preso di dentro, nuoce a gli occhi; Le qualità dell'Aceto.

chi; è più contrario alle donne, che a gli huomini, come che affligè la matrice di dolore; quello, che è molto forte, è atto più presto a prouocar il ventre, che a stringerlo, perche punge, & non nutrisce; si mette con vtilità per condimento nell'insalate, in altri cibi, & nelle beuande.

Perche l'Aceto molto forte prouoca il venire.

Del Mosto cotto.

Le qualità del Mosto cotto.

IL Mosto cotto chiamato sapa (come dice Hippocrate, nel libro de Dieta) scalda, humetta, muoue il corpo; scalda perche è vinoso, humetta, perche nutrisce, muoue il corpo, perche è dolce: è di sostanza grosso, gonfia, è nociuo allo stomaco. Galeno insegna, che non si deue metter con le lenticchie, perche ingrossa: & perche si distende sottilmente intorno alli meati (come dice pur Galeno) non è marauiglia se Dioscoride lo ha chiamato stittico, & se ha detto, che gioua a i rosegamenti, & vlcerationi della vesica, & delle reni, & che è conueniente a tutti quelli veneni, che ammazzano con l'esulceratione: nel qual caso si beue con l'olio, & si ributta poi con il vomito, mescolato con quelle cose, che sono di sottil sostanza, & massime con le acide: si come piace assai al gusto, così alcuna volta contempera la loro sottigliezza, alcuna volta indolcisce la vehementia di quella acidità.

Il fine del secondo Libro.

DEL

DEL VIVERE

DELLI ROMANI ET DEL CONSERVARE LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Terzo.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.

Delle cose che si mangiano. Cap. I.

QVESTI *sono li vini, che sono in vso a Roma: è tempo hormai, che passiamo alle cose, che si mangiano: nella qual cosa se forse sarò longo, & alquanto molesto, perche quasi tutti li Medici & antichi, & moderni n'hanno scritto copiosamente: nessuno però si marauigli, ne cerchi troppo importunamente la causa perche io habbia trasportato le medesime cose in questo luogo, & quasi che habbia fatto le cose già fatte, & habbia più presto voluto farmi conoscere huomo di gran parole, che esser con ragione ripreso di negligenza da quelli, a' quali scriuo: perche questo libro è drizzato non solo a quelli, che sono prattici di Medicina, ma ad ogni sorte d'huomini, che desiderano di conseruarsi la sanità in questa Città. Accioche dunque questi intendano a pieno la natura, & la qualità di*

Per qual causa l'autore scriue di queste cose, delle quali è stato scritto in tanti altri libri.

quelle cose, che si mangiano, & non habbiano causa di andarla a cercare ne gli altri libri; ilche a loro saria stato non solo difficile, ma quasi impossibile: ho giudicato esser espediente trattarne, come si deue, in quest'opera, ancor che altri n'habbiano scritto così bene, come possa fare io: & non lassar il lettor sospeso, come saria restato. Per tornar adunque al nostro proposito: Auuertiremo prima ogn'uno, che è necessario, che tutte quelle cose che nutriscono, habbiano in se un succo grosso & lento: perche bisogna, che quello che si conuerte nella sostanza nostra, si faccia tale, quale è essa sostanza: & tal cosa non si può fare se non participa di grossezza, & di lentore: la grossezza è necessaria per riparare, & accrescere alla quantità, & mole del corpo nostro, quello che è risoluto: il lentore poi gioua per fare che quel cibo si attacchi, & si ritenga. E' vero che non tutte le cose, che nutriscono hanno queste facoltà ad un modo, ma una più, & una meno: talche se una del tutto manca, non si può fare il nutrimento buono, perche non basta, che il nutrimento sia solamente grosso, poiche non si potria accostare, ne manco attaccare, come è bisogno. Ne manco basta, che habbia solamente il lentore, perche se il nutrimento ha dà empire il corpo, & supplire a quello che manca, le cose lente se non sono anco grosse, non possono seruire a questo effetto: perche estenuandosi le cose lente di sua natura fuor di modo, non possono per se stesse senza la grossezza augumentare la mole del corpo, ne manco empire alcuna sua cauità; le quali qualità & conditioni se ben sono ancora nelli vini, perche anch'essi nutriscono il corpo, nondimeno perche si conoscono più chiaramente nelle cose, che si mangiano, che in quelle, che si beuono, ho voluto inserire questa materia più in questo luogo, che nell'altro.

Quello, che nutrisce, ha del lento, & del grosso, & la causa perche.

L'effetto della grossezza; l'effetto del lentore.

Quelle cose, che si mangiano, si pigliano da gli animali, & dalle piante.

Quelle cose adunque, che si mangiano, si pigliano principalmente da gli animali, & dalle piante (& quiui è da sapere, che importa poco comprendere sotto di queste li tartufi, li fonghi, & altre simili cose, perche sono poche.) Per gli animali intenderemo hora da una banda li terrestri, con li quali si mettono anco gli vcelli; & dall'altra li pesci, tra i quali vi sono poi quelli, che hanno l'una natura, & l'altra. Per le piante, sotto le quali mettiamo ancor le herbe, si comprendono le radici, li fusti, li quali alcuni chiamano sparagi, foglie, fiori, frutti, & semi.

Come s'intendano gli animali.

Come s'intēdano le piante.

Dell'Herbe.

In qual modo le herbe siano buone & cattiue.

LE Herbe se si referiscono a gli animali bruti, sono di buon sueco, perche communemente di quelle si pascono, si ingrassano, & in fatto

in fatto per quelle si truoua, che sono pieni di buon sangue. Ma se si referiscono a gli huomini, ne può nascere gran dubbio; percioche la maggior parte di quelli, che di continuo mangiano herbe, come fanno li bruti, non si nutriscono bene, ma male, & massime se per sorte mangiano solamente herbe. Per la qual cosa Galeno nel secondo de gli alimenti, & nel libro della bontà, & malitia de' succi, dice che tutte le herbe sono di cattiuo nutrimento, eccetto la lattuca. Ma se haueremo risspetto al sangue distemperato, portano sempre vtile al corpo humano, con ridur gli humori alla buona, & natural temperatura: percioche alcune attenuando il sangue grosso, alcune rinfrescando il gran calore, alcune altre con l'ingrossar il troppo sottile, & altre nell'operar in altra maniera; si vede che non si conuertono tutte in cattiuo, ma in buon sangue, pur che però si mangino, & con il pane, & con gli altri buoni cibi. Per la qual cosa gli animali bruti, che di continno desiderano d'empirsi il corpo di qualche cibo a loro conueniente, non sono simili all'huomo, ilquale con la sua diligenza si sà prouedere di gran copia, & di migliori cibi, & quando gli vien fatta, ne suol mangiare in gran quantità, cosa che spesso è causa di gran mali; ma il mangiar delle herbe difende alle volte l'huomo da questi pericoli, perche pigliate insieme con il pane, & con altri cibi, si come sono di poco nutrimento, così generano gran copia d'escrementi: & a questo modo portano quest'vtile, che con la sua quantità & mole riempiono lo stomaco, cosa che è desiderata da tutti gli animali, & questa pienezza non è causa d'alcun danno, ma solo di vtile: perche dilatandosi il ventricolo per la copia di quel cibo preso con le herbe, li meati suoi parimente si aprono, & si dilatano; onde poi ne seguita, che facilmente il nutrimento, & il chilo passa per quelle parti per il mantenimento di tutto il corpo; doue che se lo stomaco non fosse così disteso, ma che cascasse sopra se stesso, li meati parimente in se stessi cascando si serrariano, nè per essi potria poi passare il chilo per nutrir il corpo: se anco lo stomaco fosse pieno di buon nutrimento, se bene ne seguisse il medesimo effetto buono della distentione, ne seguiteria però ancora quest'altro cattiuo, che quella quantità di nutrimento buono passarebbe alle vene, al fegato, & a gli altri membri; la qual saria poi in tanta copia, che soprauanzando al nutrimento di tutto il corpo, potria causar qualche putredine pericolosa, cosa che non può mai essere per mangiar gran quantità di herbe, le quali fanno bene quest'effetto di distender lo stomaco, ma poi per essere escrementose sono cacciate dalla natura a i luoghi escrementosi; & tanto più perche la

Dubbio che nasce se l'herbe si riferiscono a gli huomini.

Tutte le herbe sono di cattiuo nutrimento.

Come le herbe possono essere vtili a l'huomo.

In qual modo le herbe generando poco nutrimento, & molti escrementi portano vtile a l'huomo.

Come lo stomaco deue star disteso.

Il danno che seguiria se il ventricolo fosse pieno di nutrimento buono.

L'vtilità grande, che portano l'herbe, che sono in vso per mangiare.

che la maggior parte di quelle herbe, che sono in vso per mangiare, hanno queste buone qualità, che facilmente si smaltiscono, & si mandano fuori del corpo, prohibiscono la gran satietà, eccitano l'appetito a quelli, che le sogliono mangiare; oltra di questo riempiendo lo stomaco di quella sua gran mole, & quantità, lo difendono dalla fastidiosa satietà, & massime quando vi è pericolo, che il buon cibo preso in gran copia, non porti quel danno, che hauemo detto di sopra. Et per tal causa, & quelli, che digiunano, & quelli, che mangiano poco la mattina, a cena poi perche hanno grande appetito, mangiano l'insalata inanzi a gli altri cibi, accioche non si grauino troppo.

Per qual causa si mangia l'insalata la sera, & l'vtile, che ne nasce.

Del cauolo. Cap. II.

IL cauolo (come dice Catone) è antiposto a tutte le herbe, & in particolare a Roma, altre volte (come alcuni pensano) fu in gran stima, perche sempre è stato frequentato ne i cibi dalla maggior parte; onde forse è seguita l'vsanza, che è ancor adesso in Roma, & d'inuerno & d'estate benche notabilmente riscaldi, si mette dalla maggior parte in tauola, perche si mangi. Il cauolo è diuiso da Catone, in tre specie: La prima è il cauolo volgare, che pare che sia hora nero, hora bianchiccio con le foglie distese, larghe, & lisce. La seconda non si può sapere qual sia, eccetto se forse fosse simile a quell'apio, ilqual (come dice Columella nel secondo libro) si fa per via dell'arte, & ha le foglie larghe, & crespe. Però il cauolo crespo de' nostri tempi, che volgarmente si chiama riccio, sarà forse la seconda specie di cauolo per hauer le foglie larghe, & crespe. La terza specie si potrà dire, che fosse quel cauolo nero, & piccolo di natura, ilqual da alcuni si chiama cauoletta. Vi sono anco altre specie di cauolo, le quali volgarmente si mangiano, cioè il cauolo tirsutto, il cauolo capuccio, & il cauolo Bolognese, perche è stato portato da Bologna, ilqual è grato al gusto, & tenero, & si mangia l'inuernata; il cauolo tirsuto si genera (se è vero quel che mette Columella) dal vecchio seme della rapa, & per il contrario, la rapa si genera dal vecchio seme del cauolo; cosa che è facile da credere, perche il cauolo tiene la natura della rapa, si come si vede dalla sua figura, come se fosse nato dal vecchio seme della rapa. Et questi dui, cioè il tirsuto, & il capuccio si trouano in ogni luogo, & l'estate, & l'inuerno, ma sono

Il cauolo si diuide in tre specie.
La prima specie.
La seconda specie.
La terza specie.
Nota altre specie di cauolo, cioe Tirsuto. Capuccio. Bolognese.
Come si generi il cauolo.
Come si semini il rapo.

tanto

tanto peggiori de gli altri, quanto maggior è l'acrimonia del cauolo al tempo dell'estate, come dice Dioscoride.

Il cauolo è cattiuo all'estate.

Oltra di questo vi è il brocolo, qual è vn germe di cauolo, che è la più delicata & più tenera parte di esso cauolo; & nasce circa al principio della primauera in quella parte, che prima è stata tagliata, come dice Plinio, nel lib. 19. li Greci lo chiamono κύμια, quasi che vogliano che sia vn parto d'esso cauolo, li Latini poi lo chiamono, & Cimas, & Cimata; & questo nasce non solo nel cauolo, ma anco nel rasano, & in altre herbe assai, se ben è commune opinione, che questo vocabolo Cima non s'intenda se non del frutto del cauolo. Questa è la più soaue di tutte le parti del cauolo, hauendo rispetto alla proportione di quelle parti onde nasce; perciochè è manco essiccatiua, che non è l'istesso cauolo, come dice Galeno, nel secondo de gli alimenti, benche il cauolo dell'altre herbe il più delle volte è d'vn temperamento più secco, che non sono le foglie, & massime quando s'accosta al tempo, nel qual caccia fuori il seme. Però Dioscoride dice, che le cime del cauolo sono molto vtili allo stomaco, ma hanno maggior acrimonia, & non sono più efficaci al prouocar l'orina; se queste medesime sono condite con il sale, portano poco vtile alla stomaco, & intorbidano il ventre. Tra li cauoli il megliore è il crespo, ma tutti questi, perche l'estate hanno grand'acrimonia, & siccità, sono più sani l'inuerno, che l'estate; quel che ha sentito vn poco di pruina è più soaue; & quel ch'è mal cotto è più vtile, che il ben cotto, perche questo stringe il corpo, & quello lo mollifica; & tanto più se questo sarà cotto più d'vna volta, ò almeno due fin'tanto che è ben tenero, & questo si fa quando poi che è mezo cotto, si getta la prima acqua, & vi se ne mette dell'altra calda, in maniera però che il cauolo non sia alterato nè da aere, nè da alcuna altra cosa fredda; perche se in altra maniera si cuocerà (si come molti hanno creduto) non si potrà mai intenerire; & il medesimo si può dire non solo di questa, ma di qualunque altra sorte d'herbe, & anco di legumi: & a questo modo ha virtù d'essiccare, & di nettare, non solo preso per bocca, ma posto anco di fori. Talche si come il suo succo ha possanza di purgare, così il resto della sua sostanza grossa per la causa delle cose, che essiccano, più presto ha facoltà di stringere il corpo, che di prouocarlo. Galeno pensa, che questa herba habbia poco nutrimento, ma che però sia più humida, che la lenticchia, come che non sia cibo secco, ma molle, & fluuido, & di più che non genera buon succo, come fa la lattuca, ma cattiuo, & puzzolente; & benche Hippocrate, nel libro delle passioni dica

Che cosa sia il broccolo.

Il broccolo nasce da alcune herbe.

Il broccolo è la più suaue parte del cauolo.

Qual vtile, & qual danno portino li broccoli.

Tra li cauoli il crespo è il meglior.

Quel che ha sentito vn poco di pruina è più suaue, & il malcotto è più sano, & per qual causa.

In qual modo deue esser cotto il cauolo.

Il qual modo il cauolo essicchi, & netti.

In qual modo il cauolo purga, & stringe il ventre.

Opinione di Galeno, intorno il cauolo.

Quel che dice Hippocrate del cauolo.

πράμβη ἔχει τινα δριμύτητα εἰς τὸ διαχωρῆσαι, & ἅμα ἰυχυμὸς, cioè il cauolo ha vna certa acrimonia atta a mouer il corpo, & insieme (per dir nel Greco idioma, quel che non si può dire nel Latino) ἰυχυμος, cioè è d'vn succo buono; nondimeno non è contrario a Galeno; perche Hippocrate non dice, che'l cauolo sia di buon succo, cioe, che generi buon nutrimento, come alcuni a lui posteriori sogliono interpretare; ma ha detto, ch'è ἰυχυμα, cioè, eccellente nel sapore, & lodato ne' cibi, si come Aristot. nel terzo della Generatione de gli animali, circa il fine, quando parla delle ostreghe dice: διὸ καὶ πρὸς τινὰ ἐδωδὴν γίνεται ἰυχυμα κατὰ τὰς χωρὰς τοὺτων, cioè, per la qual cosa in questo tempo sono eccellenti nel sapore, & si lodano ne' cibi. Vi sono alcuni ancora, che dicono, che il cauolo nutrisce tanto, che conduce li putti più presto al suo accrescimento, & che rallegra il corpo con più felice nutrimento. Quanto poi spetta all'orina vn certo autor Greco ha detto, che la prouoca, ma Galeno dice, che il cauolo nè prouoca l'orina, nè la ritiene; ma che la lenticchia, & il cauolo essiccano con vgual misura, & per questo debilitano la vista, eccetto se forse tutto l'occhio sarà più humido di quel che comporta il naturale habito dell'huomo: & a questo modo forse sarà vero quel che Dioscoride dice, cioè, che presto ne' cibi porta giouamento a quelli che tremano, & c'hanno la vista corta. Non mancano però anco alcuni li quali dicono assertiuamente, che semplicemente gioua assai per chiarir gli occhi, se con il succo suo mescolato con il mele Atheniese, si toccaranno a pena gli angoli suoi. E' opinione di tutti, che se sarà preso inanzi il cibo, ò bene, ò mal cotto che sia, gioua alla crapola, & caccia il nocumento dell'embriachezza. Poiche Androcide, che fu famoso saggio disse, ch'è contrario al vino, & che caccia l'embriachezza; & lo prouaua, perche la vite ancor che sia viua fugge l'odor del cauolo; onde forse n'è seguito il costume de gli Egittij, li quali sono grandi amatori di vino (come alcuni scriuono) che mangiauano il cauolo cotto inanzi a tutti li suoi cibi, accioche prohibisca il nocumento del vino. Ma perche faccia questo effetto, sin'hora non s'è potuto intender da alcuno; pur se mi sarà lecito a inuestigar qualche causa, direi che ciò procedesse: perche, si come il cauolo mentre che bolle, ouero che si conserua cotto dalla matina alla sera, si fa di cattiuo odore, & puzzolente, & quasi che sà dell'odor de' piedi: così quando è entrato nello stomaco, ò bene, ò mal cotto che sia, manda da se li vapori, che puzzano, & molto ingrati all'huomo. Onde è cosa probabile, che la natura & forza del cernello, che già è stata lesa, & offesa da' vapori del cauolo, che sono saliti alla

In qual modo Galeno non sia contrario a Hippocrate.

Quel che dica Aristotele delle ostreghe.

Come le lenti, & li cauoli debilitano la vista.

In qual modo il cauolo gioua a quelli, che tremano, & c'hanno la vista corta.

Come il cauolo chiarisce la vista.

Il cauolo gioua alla crapola, & caccia il nocumento della embriachezza.

Opinione d'Androcide del cauolo.

La vite fugge l'odor del cauolo.

Per qual causa gli Egittij mangiauano il cauolo inãzi gli altri cibi.

Per qual causa il cauolo prohibisce il nocumento del vino, & l'embriachezza.

alla testa inanzi a quelli del vino, come quella che schifa quanto può le cose tanto ingrate, & tanto moleste, fugge nel profondo della testa, & a questo modo è offesa poco da' primi, & manco da' secondi vapori.

Oltra di ciò mi vien nell'animo di dire vn'altra causa sopra questo effetto, cioè, se è vero che li corpi si constringano, & s'indurischino per tutte quelle cose, che gli offendono, & che i loro meati si condensino & si serrino, si come dice Galeno, nel terzo del Met.) sarà anco necessario, che il ceruello insieme con le sue membrane sentendo il nocumento di questi puzzolenti vapori, si serri, & si constringa talmente, che li meati suoi essendo già ben chiusi, & serrati, non possino più riceuere li vapori del vino, che sale alla testa, ne manco la sostanza di esso vino, onde poi non ne può seguire nissuna embriachezza.

I corpi si stringono per tutte quelle cose che gli offendono.

Oltra di questo è verisimile, che il ceruello sia offeso molto manco dal vino, & che l'huomo schifi il nocumento della crapola, & dell'embriachezza, co'l pigliar lo absintio, & le mandole amare, ò, simili altre cose, più che se pigliasse il cauolo, cosa che seguiria ò per l'amaritudine, ò per l'ingratitudine sua; nè per questo si prohibisse, ch'anco altre cose pigliate inanzi al vino, per altre cause, possano resistere all'embriachezza, come alcuni vogliono, che la lattuca habbia questa virtù, forse perche empie tanto la testa, che in quel tempo non lassa luogo alla penetratione del vino, nel modo che fa anco il cauolo, ilqual, per stare nella prima opinione, può fare il medesimo effetto, percioche (come ogni giorno prouiamo) empie il capo fuori di misura.

La lattuca empie la testa.

E' anco opinione d'alcuni, che il cauolo leui la crapola, perche ha in se vno succo dolce, & risolutiuo, & perche anco è freddo, ma si come questa opinione ha in se molte difficoltà, così giudico esser espediente a lassarla.

Vn'altra opinione del cauolo.

Hippocrate nel secondo della dieta, dice che scalda, che non moue il corpo, & purga gli humori bilioſi: Dioscoride dice, che il suo decotto beuuto moue il corpo, & li mestrui: vn certo autor Greco dice, che offende il polmone, ma che poi perde vna gran parte di questa lesione, se si cuoce con la carne grassa.

Quello che dice Hippocrate, & Dioscoride, del cauolo.

Il cauolo cotto cõ la carne grassa, nõ può portare tanto danno.

Non dirò adesso, che salda le ferite, se sopra esse sarà posto, che risana le male vlcere, le inflammationi indurate, & che con difficoltà si risoluono, le rispile, le pustule, dette da Greci epinitidi, & il foco seluaggio, detto in Greco herpete, & mali si fatti: perche il trattare di tutte queste cose passa li termini di questo mio libro, ne manco dirò, che curi la lepra con la sua facoltà astersiua, & che le sue foglie abbrusciate

Altri vtili, che porta il cauolo.

facciano la cenere molto essiccante, & tanto che quasi acquistano la forza del fuoco, & di caustico, onde alcuni la compongono con la grassa vecchia, per vngerne li vecchi dolori di petto, & simili altri mali: perche vogliono, che questa compositione sia vno medicamento molto digestiuo. Dubito poi s'io debbia dire, ò non dire, che la sua herba si mangia, ò il suo succo si beue contra li venen delli fonghi, & che quelli, che hanno mangiato li boleti, che sono fonghi più stimati, si liberano con questo rimedio, che il succo suo si dia con il vino nero per lo spatio di giorni quaranta, a quelli c'hanno sparso il fiele, & che patiscono di milza: che mitiga la tosse, che cotto faccia la voce chiara, che leui l'impedimento dell'arteria: onde quelli, che cercano d'hauer bona voce, spesso ne vsano, che caccia li insogni, & le vigilie, che prouochi il sonno, che non lassi turbar il sonno, con le vane imaginationi, che se è mangiato crudo con la ruta, & con il coriandro è sopra tutti gli altri medicamenti rimedio efficacissimo contra il morbo articolare.

A quali è dannoso, l'vso del cauolo.

Quando si può cõceder il cauolo.

Ma è d'auuertire, che quelli c'hanno la testa debile, & che viuono in otio, ò che sono dati a grandi pensieri, ò c'hanno il corpo sfittico, non deueno vsare il cauolo, ne il suo brodo, eccetto, se per sorte il corpo se gli mouesse, perche spesse volte, & l'vno, & l'altro resta indigesto nello stomaco, cosa che si conosce manifestamente dalli rotti, che fanno quelli, che l'hanno preso: & con questo hauemo detto assai del cauolo, hora parliamo della lattuca.

Della lattuca. Cap. III.

La qualità della lattuca, che si semina.

LA lattuca, che si semina, prima che mandi fuori il latte, rifresca più che l'altra, e per questo è grata all'estade, leua il fastidio, che viene allo stomaco, ò per il gran caldo, ò per qualche putredine, eccita l'appetito, prohibisce l'embriachezza (come alcuni pensano) prouoca il sonno, li suoi vapori si condensano facilmente, come si può conoscere dal suo latte, con li quali, poiche è salita alto, constringe li spiriti, che vanno vagando per il ceruello, & appresso li condensa, gli indebilisse, & li rende poco atti al moto, & alla vigilia, si crede, che la lattuca, accresca il sangue, più che ogn'altra herba, & che per questo faccia abbondantia di latte: & perche è fredda, & humida smorza la sete, mollifica il corpo, ò almeno non lo stringe, facilmente si cuoce, & giona a quelli, c'hanno lo stomaco caldo: cotta a lesso è più efficace per nutrire

nutrire il corpo, perche si muta più facilmente nel ventre, gioua a quelli, che non possono contenere il cibo nello stomaco, ma bisogna mangiarla senza lauarla, anzi in quello modo, ch'è cauata da terra, perche forse è più saporita: se sarà mangiata troppo spesso, debilita il corpo, oscura la vista, sminuisse la possanza de gli appetiti venerei, & quasi del tutto li estingue, & questo fa, perche condensando li spiriti, che si moueno, & nel ceruello, & altroue (come disopra hauemo detto) li rende quasi immobili, si dice che leua il nocumento, che nasce della mutatione delle acque, & che il suo succo beuuto in gran copia è venenoso, & che ammazza l'huomo, alcuni sono di parer, che quelli, che sputano sangue, che sospirano spesso, che sono flegmatici, & che vogliono attender a generare figliuoli, la schifino, & lassino, più che si può.

Quando la lattuca si deue mangiare senza lauarla.

Li danni, che porta la lattuca.

Della boragine.

LA boragine è stimata esser la bugolosa dalla maggior parte di quelli, che fanno professione di conoscer l'herbe, è vulgatissima, & quella è la migliore, le cui foglie hanno bonissimo odore, & che sono simile all'odore del mellone, questa è più grata nel cibo, & si stima, che posta nel vino sia causa d'allegrezza, & con l'odore così suaue, ristori le forze per la sua gran bontà, è posta ordinariamente ne' brodi delle viuande, cotta nell'acqua di mele, secondo Galeno, è conueniente a quelli, c'hanno la tosse causata dall'asprezza delle fauci, secondo alcuni prouoca l'orina, leua la sete, genera buon sangue, porta aiuto a i melancolici, & a quelli, che si mancano d'animo: i loro cauoli crudi, & cotti alesso, mangiati aiutano quelli, che patiscono di fegato, il suo fiore si mette sopra le insalate, ma se non è ben masticato in bocca, non si cuoce nello stomaco, & massime se sarà pituitoso, perciochè ingiottito intiero, s'intabidisse da gli altri cibi, prima che si muti in altra forma, si come si può spesso vedere ne gli escrementi del corpo, la radice è mangiata l'inuernata, in cambio del foglio, quando per il freddo non se ne può hauere.

La boragine, & la bogolosa si stima esser vn'istessa herba.

Come si conosce la meglio.

La virtù della boragine.

Il fiore della boragine non si cuoce nello stomaco, & perche.

Quando la sua radice si mangia.

Del biedone.

CREDESI che il biedone sia vn'herba di poco, ò niuno valore, per esser senza sapore, & senza acrimonia, & forse hà acquistato questo nome, perche li Greci intendono per βλίτον quello che La-

tini chiamano ſtolido, & noi Italiani diremo ſciocco, & volgarmente diceſi biedone: è ſtimato humido, & acquoſo, talmente, che (ſecondo Galeno) ſe non ſi mangia con l'aceto, è nocino allo ſtomaco. Dioſcoride dice, che non hà altra virtù in medicina, ſe non che fa il corpo lubrico: ma alcuni poi dicono, che hà gran poſſanza contra il cancaro impiagato. Plinio dice, che beuuto con il vino, gioua ne i morſi de' ſcorpioni, & applicato con aglio, gioua a i chiodi de' piedi, alla milza, & a i dolori di tempie. Anzi Hippocrate, nel ſecondo libro de' morbi delle donne, tenta con quello d'eſsiccare il fluſſo della matrice, ma ſe non ceſſa, ordina, che con queſt'herba, ouero con il ſoſino, ſi formi vno peſſario di metterui ſotto. Ma è di marauiglia, che l'iſteſſo Hippocrate, nel ſecondo della dieta dice, che il biedone è caldo, & che non moue il corpo: ma ſia come ſi voglia, chiara coſa è, che queſta herba non è cibo di huomini ciuili, ma di contadini, & non ſi ſuole vſare, ſe non quando mancano le altre herbe.

Le qualità del biedone.

Il biedone non è cibo da nobili.

Della bieta.

SI come li Greci hanno detto, che il biedone è totalmente ſenza ſapore, così alcuni Latini, chiamano la bieta μώρον che vuol dire fatua, cioè inſipida, onde il Poeta dice:

Vt ſapiant fatue fabrorum praudia bete,
O quam ſepe petet, vina piperq. coquus.

Li quali verſi volgarmente dicono:

Per far la bieta ſaporita al fuoco,
Chiederà ſpeſſo vino, & pepe il cuoco. *Ouero*
Acciò la bieta grata al guſto ſia,
Chiederà il cuoco pepe, & maluaſia.

La bieta è di due ſorti.

Perche vna d'eſſe ſi dice ſicla.

Le qualità dell'vna & l'altra bieta.

Li Greci fanno ch'ella ſia di due ſorti, cioè nera, & bianca, & queſta ſi chiama ſicula, cioè ſiciliana, onde leuata la littera u, quaſi tutti li medici la chiamano ſicla: dicono alcuni, che la nera ſtringe il corpo, & la bianca lo moue, & che ambidue hanno vna virtù nitroſa, talche ſi come il Poeta hà antipoſto con il ſuo giudicio la lepre a tutti gli animali di quattro piedi, & il tordo a tutti gli vccelli, così ſecondo il ſuo guſto ha detto, che la bieda è inſipida ſopra tutte le herbe, nuoce allo ſtomaco, ſe troppo ſe ne mangia, & è di poco nutrimento, & mangiata con aceto, gioua alle oſtruttioni del fegato, & della milza. Vn certo auttor Greco ha detto, ch'ha contrarie facoltà, cioè, che il ſuo ſucco è caldo, che

prouoca il corpo, & causa sete: il corpo suo poi esser di grossa sostantia, flatuoso, & difficile da digerire, freddo, & che ferma il corpo, & tanto più se sarà cotta due volte (come hauemo detto del cauolo) perciochè nel cuocerla si consuma la qualità del nitro, che se gli attribuisse, & per ilquale move il corpo: ma si come per il metter il cauolo nella botte si corrompe il sapor del vino, così se gli restituisse, co'l metterui dentro le foglie della bieta: la sua radice, la quale è longa, dritta, & carnosa, piace al gusto, non solo cotta, ma anco cruda, presa con l'altro cibo: alcuni poi pensano, che generi pituità per esser grossa, difficile da digerire, & piena di flati, & con tutto questo, che prouochi il corpo, & se sarà abbrusciata, & composta con il mele, & messa sopra la testa d'alcuno al quale caschino li peli, ha virtù di ritener quelli, che non sono cascati. Menandro Greco dice, che la radice della bieta cotta sopra i carboni affocati, & poi mangiata smorza l'odor dell'aglio, ilqual sia prima stato mangiato d'alcuno.

Come la bieta rende al vino il sapore perso.

La qualità della sua radice.

Nota vno remedio contra il cascar de i peli.

Nota vn rimedio contra l'odor dell'aglio.

Dell'atriplice.

L'Atriplice chiamata da Greci χρυσολάχανον, & da Hippocrate ἀνδράφαξις, volgarmente si dice atriplice, trepese, & repese, non è in vso per cibo, se non appresso a' Poueri, & rare volte anco nella città, secondo Dioscoride, & Galeno mollifica il corpo, secondo Hippocrate poi è ben humida, ma non prouoca il corpo, si mette che sia di due sorti, cioè seluaggia, & domestica. Dicono che Pitagora la biasmò, perche si cuocesse con difficoltà, & perche tutto quello, che nelli horti vi fosse nato a canto, era di niun valore, & che poi Diocle mette, che molte infirmità si generano da questa herba, la quale non si deue cuocere, se prima non si muta la sua acqua molte volte, ch'è contraria allo stomaco, che genera lentigini, & pustule, si crede, che il suo seme beuuto con l'acqua melata risani quelli alli quali è sparso il siele in molta quantità, & se si mangia in grande abondantia, prouoca notabilmente il vomito, & il corpo. Ma poiche Hippo. scrine; che questa herba non move il corpo, & Galeno con Dioscoride dice il contrario, & Diocle dice, che genera molti mali, & che si deue cuocer con il mutar spesso l'acqua, & che per questo, è ragioneuole a credere, che stringa il corpo, come fanno molte altre herbe, è meglio lasciarla mangiar a i contadini, che metterla tra i cibi della città di Roma, saluo se ve ne fosse grandissimo bisogno.

L'atriplice non è in vso tra i cibi.

Le qualità dell'atriplice.

L'atriplice è di due sorti.

Pitagora la biasmò, & per qual causa.

Virtù dell'atriplice.

Discordia tra Hippocrate, & Galeno, sopra l'atriplice.

Dello

Dello ſpinacio.

Qual herba ſia lo ſpinacio.

ALCVNI *vogliono, che lo ſpinacio ſia ſpecie d'atriplice, alcuni totalmente lo negano, & credono, che ſia vn'herba noua, alcuni lo chiamano atriplice ſpagnolo, come herba noua, & condotta da Spagna: ſe non ſi purga di quello ſuperfluo humor, del qual è pieno, è cauſa di flati, & prouoca il vomito, & per queſto leuate quelle ſottili radici capillari ſi cuoce commodamente ſenza acqua, come che, mentre che ſi cuoce, manda fuori gran copia di ſucco, & poi percoſſo con vna virgoleta, & fatta l'eſpreſſione di quello copioſo humore, ſi riforma in balle con le mani, & poi ſi frige nell'oglio: ſtringe in certo modo li labri, ma inſieme ancor mollifica il corpo, da miglior nutrimento, che non fa l'atriplice, & da alcuni è giudicato, che ſia tra quelle coſe, che rifreſcano, & che humettano nel primo grado, ha facoltà di lauare, & di mondificare, di raffrenare la colera, & di giouare alla reſpiratione, al petto, & alla calidità del polmone.*

Come è malſano.

Come è ſano.

Come ſi prepara acciò che ſia bono da mangiare.

Le qualità del ſpinacio.

Del rumice.

E' OPINIONE *che il rumice ſia ſpetie di lapato, ſi troua quaſi per tutte le vigne, & volgarmente ſi chiama rumice di vigne: non ſi ſuol mangiare crudo, rapreſenta non sò che dell'acido, leniſſe il corpo, ſi ſtima che raffreni la colera, che gioui al trabocco del fiele, & che il ſuo ſeme ſtringa il corpo.*

Le qualità del rumice.

Dell'acetoſa.

ANCO *l'acetoſa ſi riferiſce al lapato, è molto più acida, che il rumice, ma d'vna acidità ſincera, & ſimplice, cioè, che non ha in ſe parte alcuna d'acerbo, & queſta è opinione di Galeno: è herba che piace cotta ne i cibi, ma piace molto più cruda nell'inſalate, non ci è coſa che ad alcuni piaccia più all'eſtate, che quello ſuo ſapore acido, chiamato bruſchetto, nè ci è coſa, che rimetta più preſto in eſſer l'appetito languido, moderatamente rifreſca, ha le medeſime virtù, che ha il rumice, ma è tanto più eccellente, quanto è più grata al guſto.*

Le qualità dell'acetoſa.

Della

Della cicerbita.

LA cicerbita stringe, & rinfresca moderatamente (come dice Dioscoride) il suo succo dato a bevere mitiga li rosicamenti dello stomaco, alcuni vogliono, che faccia abondantia di latte, le sue foglie si mangiano con il sale, & con l'aceto, la radice, si suole mangiare, & massime l'autunno, & l'inuernata, perche in quel tempo è molto più tenera.

Le qualità de lla cerbita.

Della cicoria, cioè della condrilla.

QVESTA herba è di molte sorti, ma sia di qual sorte si voglia, perche sempre è tenera, si mangia d'ogni tempo nell'insalata, & cruda, & cotta, & tra queste si può mettere anco la condrilla, eccetto che è alquanto più amaretta, nel fine della primauera le sue cime sono più grate, che le foglie, stringe, rifresca, & è accommodata allo stomaco. Dioscoride dice, che s'è cotta alesso, ferma il corpo, ma la sua acqua (secondo alcuni) lo solue, gioua alli disenterici, & a quelli, che per qualche causa morbosa hanno flusso di seme, quella che si troua all'estade, è megliore, quanto alle sue facoltà, ma quella d'inuernata, quanto è più bianca, tanto è peggiore.

La cicoria è di molte sorti.

Le qualità della cicoria.

Nota il biasmo, che da questo autore alla cicoria bianca.

Dell'endiuia.

L'ENDIVIA ch'è compresa sotto la specie di cicoria, quando è imbiancata per il freddo dell'inuernata, perde quasi tutta la sua virtù, & si può chiamare cicoria morta, & benche rifreschi, non hà però in se alcuna amaritudine, ne alcuna astringentia, si rompe molto più facilmente, che quando è verde, estingue meglio la sete, raffrena più presto l'appetito eccessiuo, è manco graue allo stomaco, come che empia bene più presto il ventre, ma poi tritata prima con gli denti, si conuerte in succo più acquoso, più leggiero, & in minor quantità.

L'endiuia bianca perde la sonnita.

Qualità dell'endiuia bianca.

Della melissa.

IL melissofilo detto volgarmente melissa, cedronella, ò citragine, si mette nell'insalate, secondo gli Arabi rallegra l'animo tristo, & conforta

Le qualità della melissa, cioe cedronella.

forta quelli che sono di poco animo, è di vtile allo stomaco humido, & freddo, apre le ostruttioni del ceruello, conforta la debilità del cuore, causata per hauere il sonno interrotto, caccia gli affanni, produce buoni, & piacenoli insogni, se sarà presa inanti che si vada a dormire, porta tutte le vtilità contrarie a i danni, che causa il càuolo.

Come fa gli effetti contrarij al càuolo.

Del casalepori.

Qual herba sia il casalepori.

IL casalepori chiamato volgarmente caccialepori, & terracrepoli, secondo alcuni è il gieracio minore, & secondo altri è specie di sonco: questa herba si dice, ch'è la stanza delle lepri, come alcuni vanno dicendo, perche sogliono fermarsi assai sotto le sue foglie, per difendersi dal caldo, onde non senza ragione, si chiama casa di lepori: inanti che il fusto cresca, & mentre che è tenera ha facoltà di rifrescare, & di stringere alquanto, leua li rosicamenti dello stomaco, & si mangia l'inuernata per insalata.

Perche si chiama casa di lepri.

Le qualità di questa herba.

Del rapunculo.

Le qualità del rapunculo.

QVELLI che pensano, che questa herba sia la rapa seluaggia, credono che non sia stato conosciuto da gli antichi, si mangia crudo & cotto: alcuni pensano, che faccia copia de latte, se si mangia con il pepe longo, ma perche non si piglia se non con la radice, per questo solo con difficoltà si cuoce, & causa dolore, ò qualche altro male a quelli c'hanno la testa debile.

Del dragonculo domestico.

Le qualità del dragonculo.

IL dragonculo domestico il qual è chiamato dragoncello è molto differente dal dracontio de gli antichi, ò dal dragonculo, ha però forza di scaldare, è acre di sapore, è in vso per far salsa: rappresenta alla lingua con il foglio, & con la radice il gusto di sale, & di aceto, è la più grata herba che si vsi nelle insalate, tanto più perche non ha dibisogno nè di sale, nè di aceto, come quello, che rappresenta il sapore dell'vno & dell'altro, come hauemo detto.

Dell'herba stella.

Le qualità dell'herba stella.

QVESTA herba è chiamata d'alcuni coronopo, si mangia nelle insalate, hà vno poco dell'astringente, alcuni pensano, che porti aiuto allo stomaco languido.

Del

Del finocchio.

IL finocchio scalda nel terzo grado, come si pensa Galeno, ma non essicca però tanto, empie le mamelle di latte, si cuoce tardi, da cattiuo nutrimento, il seme distemperato reintegra le forze dello stomaco, acquieta la nausea, è lodato per il polmone, & per il fegato, prouoca l'orina, ferma il corpo, in ogni modo che sia preso fa copia di seme, la radice ha quasi le medesime virtù, si mangia dopò pasto, sino tanto ch'è passato l'odore del vino, del pane, & de gli altri cibi già presi, se se ne piglia in maggior quantità è noioso allo stomaco, & di più non si può cuocere: ilche si conosce manifestamente da i rotti, che così spesso si fanno da quelli, che lo portano in bocca tutto il giorno, li quali hanno l'odore dell'istesso finocchio: alle volte causa sete, ma il più rende la bocca amara.

Le qualità del finocchio.

Le qualità della sua radice.

Quando si mágia il finocchio.

Quando il finocchio nuoce, & in qual modo.

Del finocchio marino.

IL crithmo si mangia al modo dell'altre herbe, si conserua crudo & cotto, & tanto più condito con sale, & aceto, per il medesimo effetto; gioua alle difficoltà dell'orina, a quelli che sono gialli, per l'oppillatione del fiele, & per prouocare li menstrui.

Come si mangia il finocchio marino.

A quali sia di vtile.

Dello smirnio, cioè del macerone.

LO smirnio è chiamato d'alcuni olusatro, volgarmente, si dice macerone, scalda, prouoca l'orina, gioua alle difficoltà dell'orina, le foglie si mangiano l'inuerno, & la primauera, ma il fusto si mangia principalmente di primauera, & crudo, & cotto.

Le qualità del macerone.

Del sio, ouero del lauero.

IL sio dal vulgo hora si chiama canneia, hora lauarone, hora gorgolestro si mangia crudo, & cotto, prouoca l'orina, rompe li calcoli teneri, & li caccia fuori, & gioua alla debilità de gli occhi.

Le qualità del sio.

Del sisimbrio, cioè del cressione.

IL sisimbrio acquatico, ilqual da gli antichi è chiamato Cardamina, hoggidì volgarmente si chiama cressione, nasce nelle riue de' fonti,

Le qualità del cressione.

in compagnia del sio, è di odore, & di sapore simile al nastartio domestico, riscalda, pronoca l'orina, risolue li flati, caccia li vermi, & si mangia verde nelle insalate.

Del basilico.

A che è bono, & a che è cattiuo il basilico.

L'OCIMO *che dal vulgo è detto basilico, per condimento è assai grato, ma per cibo è pericoloso, & benche mollifichi il corpo, (come dice Dioscoride) pronochi l'orina, & il latte: nondimeno se si prende in troppa quantità, conturba il sangue, & lo fa melancolico, & causa ventosità, noce alla chiarezza de gli occhi, & al fegato, ad alcuni è causa di pazzia, & fa dormire troppo, al fine con difficoltà si cuoce nello stomaco, e per questo Galeno ha detto, che non è vtile a pigliarlo per bocca, perche genera cattiuo succo, & noce allo stomaco.*

Dello asparago.

Le qualità dello asparago. Perche l'asparago faccia l'orina puzzolente.

L'ASPARAGO *secondo Dioscoride, mollifica il corpo, pronoca l'orina, ma la fa puzzolente: ilche può essere, perche si corrompe, & si putrefà facilmente dall'altrui calore: putrefatto poi, è manifestamente di cattiuo odore: per la qual cosa, si come pronoca la natura a cacciarlo spesso fuori con la sua ingrata qualità; talche la parte grossa esce per il ventre, & la sottile, ch'è l'acquosa, per via dell'orina, così con il suo fetore rende l'orina puzzolente; onde si può credere, ch'è falso quello, che dice vn'auttor greco, che l'asparago nutrisse assai, & è in mezo tra le carni, & herbe.*

Come l'asparago non può nutrire assai.

Gli effetti boni, & cattiui del asparago, secondo alcuni.

Altri poi hanno detto, che l'asparago da vtilissimo nutrimento allo stomaco, & che chiarisse la vista, giona a i dolori del petto, & della schena, & a i vitij de gli intestini, pronoca gli appetiti venerei, & l'orina, ma che essulcera la vesica: altri hanno detto, che la sua radice causa sterilità nelle donne, & ne' maschi leua la virtù al seme di generare: altri hanno poi detto il contrario, cioè che accresce il seme, giona al coito, & leua le difficoltà dell'ingrauidarsi. Ma qual di costoro dica il vero, non si può conoscere se non con l'esperienza; intanto è cosa più sicura, più presto guardarsi da quest'herba, che mangiarla.

Della eruca, cioè rucola.

Gli effetti della rucola.

LA *rucola pronoca l'orina, giona alla concottione, è commoda al ventre, (come alcuni pensano) si mette vtilmente nelle insala-*

se,

te, & maſsime con la lattuca, è tanta la ſoauità ſua nel condir le viuande, che li Greci la chiamano ὑζωμον, quaſi che ſia grata a i brodi: di mente d'Auicena genera latte, & ſe largamente ſi piglia cruda, incita il coito.

Della porcellana.

LA porcellana (come piace quaſi a tutti) ſtringe, è in vſo cruda nelle inſalate, maſticata, leua la ſtupidità de' denti cauſata da i cibi, ò troppo acri, ò troppo acerbi, rimette il gran caldo dello ſtomaco, & de gli inteſtini, & appreſſo acqueta il fluſſo, è vtile alle vlcere delle reni, & della veſica, con emendare li diffetti di quelle parti: prohibiſſe l'impeto, & gli inſogni delle coſe veneree: è opinione che oſcuri la viſta. Leontino dice, che vna delle ſue foglie poſta ſotto la lingua di quelli, c'hanno gran ſete, ſmorza il deſiderio di beuere.

Le qualità della porcellana.

Del naſturtio.

IL naſturtio diceſi in Greco νάρδαμον in volgare allegreto, ò agretto, quando è verde, è molto più inferiore di forze al ſuo ſeme, per la miſtura del humido acqueo, & in quel tempo non è ingrato nelle inſalate: anzi alle volte ancora ſi mangia, come companatico, con il pane. Dicono, che li Perſiani altre volte viueuano di eſso, accioche ſi deffendeſſero più dallo copioſo ſputo, & dal ſuperfluo mocco delle narici, & dall'abbondante euacuatione dell'orina: alle quali erano anticamente molto ſoggetti, ma il troppo vſo ſuo liquefà la carne, nuoce a i magri, & a i graſſi non porta danno alcuno.

Le qualità del naſturtio.

Nota l'vſo del naſturtio, appreſſo li Perſiani.

Danni che porta il naſturtio.

Del petroſelino.

IL volgar petroſelino (come ogn'vno tiene) è l'apio domeſtico, il quale mangiato, ò cotto, ò crudo, prouoca l'orina, ſtringe il corpo, ſi cuoce con difficoltà, prouoca li rotti, graua la teſta: & per queſto forſe ſi meſcola con quelle coſe, che leggeriſcono il dolor di teſta con il ſonno: con vna peculiare facoltà offende quelli, che patiſcono il morbo comitiale, è contrario alla chiarezza della viſta, offende li teſticoli: alcuni dicono, che li Greci lo prohibiuano alle balie de i loro piccoli figliuoli, perche mangiandone, erano più inchinate alla libidine, & appreſſo, che eſtin-

Effetti del petroſelino buoni, & cattiui.

Perche ſi prohibiſſe alle balie.

gueſſe la generatione del latte nelle mamelle: per la qual coſa, Criſippo & Dioniſio, non comportauano, che foſſe portato, con li cibi: come che penſaſſero, che ciò foſſe prohibito, perche ſi portaua con le viuande, che ſi faceuano per li mortorij, & con eſſo ſi coronauano li ſepolcri. Onde è nato quel prouerbio vecchio, che dice, che quelli c'hanno vna diſperata infirmità, hanno dibiſogno di queſt'herba, laqual è poi oltra modo grata alla bocca, & allo ſtomaco, fa il fiato di ſoaue odore, & in coloro, che l'hanno corrotto l'emenda, & acconcia: & per queſto le donne di partito, ne ſogliono mangiare, accioche non ſi ſenta il veneno del ſuo cattiuo odore, & che il fiato ſuo ſia più ſoaue: l'acqua nella qual è cotta queſt'herba, è più dilettenole per beuer: la radice è più gagliarda, & & è manco pericoloſa dell'herba, quanto maggior virtù hà di nettare, come dice Galeno.

Perche non ſi portaua da gli antichi, nelli cibi.

Come il perſoſelino fa bon fiato.

Per qual cauſa le donne impudiche lo tengano in boca.

Differētia tra queſta herba, & la ſua radice.

Dell'aneto.

Come l'aneto offende le reni. Effetti boni, & cattiui dell'aneto.

L'ANETO è in vſo per li condimenti, alcuni dicono, che offende le reni. Dioſcoride vuole, che il decotto dell'aneto già eſſiccato, sì del ſeme, come dell'herba prouoca il ſonno, & il latte, che mitiga le infiammationi, & li dolori di ventre, che ferma il ventre, & il vomito, che leua li ſignozzi, che oſcura la viſta, che eſſendo vſato longo tempo eſtingue la virtù genitale: ma è veriſimile, che ſe ſarà verde, haverà molto manco forza, di fare tutte queſte coſe: ſe bene per ventura potrà meglio prouocare il ſonno, per l'humore c'ha anco in ſe.

L'aneto verde ha manco virtù del ſecco.

Del ſerpillo.

Le qualità del ſerpillo.

LI contadini vſano, il ſerpillo ſeluaggio in luogo di ſpecie, ma li ciuili, & nobili lo pongono ſolamente nella ſalſa verde, perche a quel modo è molto grato. Non è biſogno ſcriuere in queſto luogo che eſſo beuuto prouoca li meſtrui, & l'orina, & che gioui a quelli, che dormono troppo, & che habbia molte altre virtù.

Del thimo.

Le qualità del thimo.

IL thimo è vtile per condimento al tempo da la ſanità, preſo con il cibo, gioua a quelli c'hanno la viſta debile, diſſolue li pezzi di ſangue congelato, leua li porri, & le vlcere, c'hanno il ſuo nome, cioè

di

di thimo, spurga li vitij del petto, caccia li vermi, prouoca l'orina, & li mestrui, mondifica tutte le viscere: quello c'ha il fiore bianco, è più stimato.

Qual sia il meglio re thimo.

Della satureia.

IL thimbro ilqual si chiama cunila, & satureia, può fare le cose, che fa il thimo, pur che sia preso nel medesimo modo: & di più si usa con diletto, da quelli, che sono sani: ma se sarà preso in troppo quantità, & molto spesso, fa crescer li calcoli nelle reni, come dice vn Greco Autore.

Le qualità della satureia.

Dell'origano.

*L'*ORIGANO *volgare posto sopra le alice piace molto: ma che possa poi fare quelli effetti, che fa l'origano vero, ò il tragorigano, non si è ancora potuto ben conoscere.*

Le qualità dell'origano.

Della maiorana.

IL sansucco, il quale volgarmente si chiama maiorana, gioua infinitamente a tutte le indispositioni fredde della testa, & de' nerui, corregge tutti li vitij del petto, che sono causa di difficile respiratione, è vtile allo stomaco, tanto vsata di dentro, quanto di fuori: gioua alli mali del fegato, & della milza, che sono senza febre: il suo decotto beuuto gioua al principio della hidropisia, nella difficoltà dell'orina, nelli dolori di corpo: ma principalmente si mette ne' brodi per farli più soaui.

L'vtile che dà la maiorana.

Della menta.

LA menta Romana, la qual vogliono tutti, che sia la domestica, ha virtù di scaldare, di stringere, & di essiccare: gioua alle mamelle, lequali dopò il parto s'ingrossano, & s'ingrandiscono per la gran abondantia del latte, quelli c'hanno lo stomaco voto, la cuoceno con difficoltà, cosa che si conosce facilmente dal rotto, è molto accommodata a quelli c'hanno lo stomaco flegmatico, si mette in molte maniere ne i cibi per condimento, il suo odore ristora l'anima, & il sapore eccita l'appetito

La virtù della menta.

petito de i cibi. Alcuni dicono, che quest herba posta in una ferita,

La menta non fa far condensar il latte.

prohibisce, che non si risani, & che faccia la cicatrice. Alcuni anco dicono, che il latte nel qual sarà stata la menta, non si potrà condensare, ancora che vi si ponga dentro il quaglio, & per questo si mette nel latte che si beue, accioche non seguiti strangolamento alcuno dal latte

Come la mẽta sia & non sia incitatiua del coito.

quagliato. Molti dicono, che è incitatiua del coito: alcuni dicono tutto al contrario: ma questi parlano del fine, & quelli del principio: percioche può essere, che nel principio prouochi al coito: ma poi nel fine può impedire la generatione, & resistere a quell'atto, si come fa con il latte, ilqual per causa sua non si può quagliare, & a quel modo liquefà anco il seme, come dice Hippocrate, onde nasce, che l'huomo resta debile fiacco, & magro.

Della saluia.

L'vtile che porta la saluia.

SI dice, che la saluia manifestamente scalda, leggiermente stringe, & che vale a tutte le dispositioni fredde della testa, & gioua tanto beuuta, quanto applicata di fuori, a tutti li dolori articolari, a quelli che patiscono il mal caduco, alli troppo sonnachiosi, alli stupidi, alli paralitici, a i catarri flegmatici, & a tutti li vitij del petto: prouoca li mestrui, che tardano a venire, non solo beuuta in decotto, ma anco facendone profumo di fuori, delle foglie sue prima essicate alquanto: dicono poi anco, che ferma li copiosi mestrui.

Come la saluia gioua alle donne grauide.

Se si beue, porta vtile a quelle donne grauide, che facilmente si sconciano, perche ritiene, & da fortezza alla creatura, c'hanno nel ventre: gioua a quelli, che sputano sangue, li suoi fiori conditi con il zuccaro, vagliono a tutto quello, che vale l'herba, la quale in somma è giouenole a molte cose, ma particolarmente a far le donne

Come la saluia fa le donne feconde.

feconde.

Lasso di dire, che posta nel vino causa embriachezza, come dice vn Auttor Greco, perche questo non è chiaro a tutti: oltra di ciò Hippocrate ha detto, ch'è secca, & che ferma il corpo. Dioscoride poi ha detto, che il decotto delle sue foglie, & rami si beue per prouocare l'orina, li mestrui, & il parto, che troppo tarda a venire, che da aiuto a quelli, che sono morsicati dalla pastinaca marina, che fa neri li capelli, gioua alle ferite, & al flusso del sangue, purga le vlcere ostinate, & lena lo prurito delle parti genitali, se con essa saranno lauate.

La virtù della saluia, secõdo Hippocrate, & Dioscoride.

Del

Del cerfoglio commune.

QVESTA *herba è dolce, acre, & odorata, ma leggiermente se sarà posta con l'altre herbe, porta seco allegria.*

Del primula veris, cioè bellis, ò primo fiore.

LE foglie di questa herba fresca, prese, ò nell'insalata, ò nel brodo delle carni, (come alcuni vogliono) fanno il corpo lubrico, si dubita se giouano alle rotture, alli tumori della gola, alle ferite del petto, alla paralisia, alla sciatica, alle inflammationi de i membri genitali, alle brozze della bocca, & della lingua: però si come il trattare questo non fa il proposito per il presente nostro negocio: così ne lassarò parlare a quelli, c'hanno prouato coteste cose.

Le qualità della herba primo fiore.

Della pimpinella.

SI mette nelle insalatte, pare c'habbia vn poco di lentore, & di leggier astrittione, & che prohibisca il flusso delli mestrui, & della dissenteria, raffrena li vomiti bilioſi, sana le ferite, & le vlcere, & si stima che gioui a le febri contagiose, & pestilenti.

A quali cose sia vtile la pimpinella.

Del lupulo.

IL lupulo il qual vogliono alcuni che sia il lupulo salittario di Plinio, è di due sorti, cioè domestico, & seluaggio, questo nasce da se, nelle siepi, & ne i luoghi doue sono frutti, quell'altro nasce (poiche è seminato) nelle campagne aperte (come alcuni scriuono) li torsi dell'vno, & dell'altro cotti alesso piacciono al palato, si mangiano in insalatta, purificano il sangue, mollificano il ventre, & aprono le ostruttioni.

Il lupulo è di due sorti, doue nasca, & a che sia buono.

Del capparo.

IL Capparo (come dice Dioscoride) conturba il ventre, causa sete, nuoce allo stomaco, offende le reni, & la vessica (come dice vn'Auttor Greco) ma in particolare gioua alla milza, la scorza della sua radice netta, purga, taglia, digerisce, tira a se, condensa, constringe, prouoca il

Il danno che porta il capparo.
L'vtile che porta il capparo.

ca li mestrui, & l'orina, alle volte caua dal ventre gli humori sanguinolenti, apre le ostruttioni, alcuni mangiano li suoi germogli teneri, come si fa quelli del Terebinto, le foglie, li fiori, & li frutti si conseruano con l'aceto per insalata, per le quali si eccita l'appetito, le forze sue sono simili a quelle della radice, ma alquanto più debili.

Della lattucheta.

La qualità della lattucheta.

LA lattucheta, ouero lattughella si crede che sia specie di verronica, se ben si considerano il seme, & li fiori, si troua più di primanera che d'altro tempo, veramente fin'adesso non s'è trouato, ch'ella habbia particolare qualità, che possa giouare, ò nuocere: pare al gusto della maggior parte, che sia dolce, si mette nelle insalate.

Della senape.

Qualità delli germogli della senape.

QVest' herba caccia fuori certi germoglietti, li quali quando sono teneri, si mangiano nell'insalate, come li sparagi, questi sono di pochissimo nutrimento, hanno vno poco di acrimonia, ma poi sono più humidi che non è il seme, prouocano l'orina, incitano al coito, in somma hanno le medesime virtù, c'ha il seme, ma più debili: il seme ha virtù di scaldare, di estenuare, di tirar in fuori: masticato, tenuto, & voltato spesso in bocca fa sputar assai, ridotto in poluere, & applicato alle narici, fa starnutare, gioua al morbo comitrale, eccita, & sueglia le donne che cascano per le prefocationi matricali, causa sete, & prouoca al coito, si fa vno succo del seme anco verde, il qual compósto con l'acqua di mele, si gargarizza con grande utilità, contra l'infiammationi della gola, & contra le vecchie & calloſe asprezze della grossa arteria, gioua applicato con mele alla debilità de gli occhi, & alla asprezza delle guancie: dice però vn' Autor Greco, che il seme nuoce al capo, & al fegato caldo: di questo seme con l'vua nera, & mosto cotto si fa la mostarda, la quale prouoca l'appetito, salta subito alla testa, ponge le narici, & prouoca le lacrime.

Le qualità del suo seme.

Qualità del succo cauato dal suo seme verde.

Come si faccia la mostarda.

Della malua.

Anticamente la malua si seminaua, & come era in vso, qual hora è cessato del tutto.

GLi Antichi seminauano quasi in ogni luogo la malua nelli horti, nel modo che si seminauano le altre herbe, & mangiauano le

sue

sue foglie cotte con oglio, sale, & acqua: questa vsanza è del tutto cessata, perche le foglie se si lassano cosi cotte, si fanno subito rancide, & sono causa di nausea: però accioche non si venga a questo, hanno da esser mal cotte, & presto, & subito bisogna mangiarle: & il medesimo si ha da fare con li suoi germogli. Ma è anco d'auuertire, che l'vno e l'altro s'hanno da mangiare inanti pasto, perche mollificano il ventre, resistono a i veneni mortiferi, giouano al petto, al polmone, & alla vesica, & rischiarano la voce rauca, prouocano il latte alle femine, ma però nuociono allo stomaco, perche rilassano.

Come hora si vsa la malua.

Quando la malua si mangia, & qual vtile porti.

Delle radici.

SIN'HORA hauemo parlato delle piante, inquanto sono nel numero delle herbe: è tempo, che parliamo delle loro parti, & prima trattaremo delle radici, come quelle delle quali pare, che nascano le herbe.

Le radici adunque in generale, perche sono sode, & con difficoltà si liquefanno, con difficoltà ancora si cuoceno, ma alcuna più, alcuna manco: onde perche si fermano nello stomaco più di quello, che conuiene, causano flati, perche forse anco hanno virtù di generarli, nutriscono assai, in questo modo, cioè, che mantengono lo stomaco vn pezzo satollo, senza molestia, quando gli fa dibisogno di nutrirsi poco: ma se spesso, & in gran copia se ne mangiarà, causano grauezza, & dolor di testa: ilquale non così facilmente si può leuare, perche mandano la sù molti vapori grossi, & sodi, come si può conoscere dalli frequenti rotti, che fanno quelli, che così spesso ne mangiano.

Le radici con difficolta si cuoceno.

Come nociono a mangiarne assai. Come le radici nutriscono assai. Come il dolor di testa causato dalle radici si leua con difficolta, & perche.

Della cipolla, & della scalogna.

LA cipolla scalda, è fuocosa, ha forza di gonfiare, & di rosicare, causa sete, presa vna ò due volte in abondantia, produce dolor di testa, ma se sarà presa più spesso, participa il vitio suo anco nella milza, non da quasi nutrimento alcuno all'huomo, perche essendo il suo succo copioso, acre, & pungente, non è ricenuto dalli membri, & più presto rifutato, per la qual cosa non nutrisse, anzi liquefà, esce per il ventre, & per il viaggio essicca, & rende il corpo languido, & per questo non è bona per li debili, ma per li gagliardi: quando eccita l'appetito, sminuisse li fastidij dello stomaco, che vengono quasi da pienez-

Le qualità della cipolla.

Per qual causa nō da nutrimento alcuno.

Per qual causa nō è bona a i debili, ma piu presto alli robusti.

L'vtile che porta la cipolla cotta, & cruda.

Per qual causa la scalogna habbia questo nome.

za, prouoca l'orina, da aiuto al seme genitale, & se è cotta, è manco cattiua, & così è vtile all'asprezza del petto, & alla tosse, la scalogna così detta per vna città di Giudea detta scalone: si crede da molti, che sia specie di cipolla.

Dell'aglio.

Come l'aglio genera flati, & come li risolue.

Come gioua, & noce alla vista.

Altre qualità dell'aglio: Come causi, & nō causi sete.

L'aglio cotto non è cattiuo, & qual vtile porti.

A quali sia di danno.

L'AGLIO *ha facoltà di generar flati, & per questo empie il corpo di flati da se stesso, & della sua sostantia: ma perche scalda, risolue poi la ventosità generata fuori di se, rompe l'acutezza della vista: ma risana poi la vista indebolita per il troppo humido, distrugge la ventosità, che esce per le parti d'abbasso, caccia li vermi, turba il ventre, essicca lo stomaco, & per questo causa sete: ma altrimenti (secondo Galeno) non causa sete: anzi secondo vn' Autor Greco, con vna certa propria qualità smorza la sete, nata da humor salso.*

E' vtile contra la mutatione delle acque, se è cotto a lesso lassa ogni malitia, fa le fauci più atte a produrre la voce chiara, mitiga la tosse vecchia, prouoca l'orina, è contra li veneni, offende le donne grauide, & che lattano, prouoca li mestrui, quando è spesso in vso ne i luoghi, & Città calde, è di danno: ma ne' luoghi freddi, non è mal sano.

Del porro.

Danni che da il porro.

Vtili che porta il porro.

Come si fa dolce & di manco flati.

Quando si deue mangiare il porro.

IL porro gonfia, è di mal succo, & è causa di graui, & trauaglios insogni, estenua, noce alle piaghe delle reni, & della vesica: il suo continuo vso fa la vista più debile, noce allo stomaco, causa dolor di testa, prouoca l'orina, & li mestrui, mollifica il corpo, leua li rotti acidi: se sarà cotto alesso vna volta ò due, & poi sommerso nell'acqua fredda, si fa dolce, & manco inflatiuo, stimula il ventre, preso pian piano co'l mele in forma d'elettuario, leua li diffetti del petto: è meglio a mangiarlo dopò gli altri cibi.

Della rapa.

L'effetto che fa la rapa in noi.

LA radice della rapa cotta a lesso nutrisse, & gonfia, & genera vna carne humida, & fluuida, lenisse le fauci, & il petto, mangiata spesso, genera grosso humore, empie fuor di modo, & in frezza il fegato, nè ferma, nè prouoca il ventre, le sue cime si mangiano cotte a lesso, & prouocano l'orina.

Del

Del rafano.

LA radice chiamata in Greco ῥάφανις cioè rafano, scalda, genera flati, & è grata alla bocca, è poi contraria allo stomaco, genera rotti, prouoca l'orina, & li mestrui, & fa li sensi acuti, noce a i denti alla voce, & all'aspera arteria, fa la voce rauca, & accresce il dolore a quelli, che patiscono il morbo articolare, quasi sempre si mangia cruda, ma cotta si fa dolce, & serue in cambio del nauone, cotta a lesso si mangia vtilmente per cacciar la tosse vecchia, & per tagliar gli humori grossi, che sono cressuti nel petto: se alcuno hauerà consideratione a i rotti puzzolenti, ch'essa fa, farà giudicio, che sia di facile corrottione: ma se poi si considerarà, che con difficoltà si cuoce, si giudicarà, ch'è di difficile corrottione, moue il ventre, ma bisogna pigliarla dopò gli altri cibi, perche a questo modo giona più alla digestione: & questa è opinione di Dioscor. & di Auicena dopò lui, se è presa inanti, fa stare sopra di se il cibo: ma Galeno, ilqual non consente a questa opinione, & più presto è di contrario parere, scherniſſe questo detto. Talche l'esperientia sola può decidere qual di loro dica la verità. Ma l'armoraccio è molto più acre, & hà maggior facoltà di scaldare, & di prouocare l'orina, è molto caldo, & più difficilmente si cuoce.

Qualità del rafano.

Vtili & danni, che porta il rafano.

La sua radice cotta si fa dolce, & a quali sia vtile.

Come possa esser di facile, & difficile corrottione.

Se il rafano si deue prendere inãti ò dopò il cibo.

Opinione di Dioscoride d'Auicena, & di Galeno, sopra di cio.

Qualità del ramo raccio.

Del nauone.

LA radice del nauone, il quale in Greco si chiama βουνιας gonfia anco bollita, & nutrisse poco, il suo seme beuuto è contrario a i veneni mortiferi: vi sono più sorti di nauoni, ma il bianco, & il giallo sono qua in maggior vso: il giallo ancor che sia più grosso, & per il color sia più riguardeuole, spesso però è più insipido, & manco grato al gusto: nondimeno se l'vno, & l'altro sarà cotto con il brodo di carne grassa, riescono sommamente grati, questo satia più che la rapa, & è più incitatiuo alle cose veneree.

La qualità, & la virtu del nauone.

Sono più sorti di nauoni.

Il giallo è manco bono, che il bianco.

Del raponzolo.

QVELLI che ripongono il raponzolo nel numero delle radici, sarà bene, che mettano sotto questo capo le cose, c'hauemo detto di lui disopra, quando si trattaua delle herbe.

Della paſtinaca.

Qualità della paſtinaca, & come ſi cuoce.

LA radice della paſtinaca prouoca l'orina, & incita al coito: la domeſtica è più in vſo tra i cibi, che la ſeluaggia: ſi cuoce prima con l'acqua, poi ſi frige, & poi ſi mangia con l'agliata.

Della radice del cardo.

LI contadini al tempo della quareſima portano in volta per vendere vna certa radice bianca, con il nome di cardo, ma ſimile alla paſtinaca, & ambidue ſi mangiano ad vn'iſteſſo modo: talche forſe anco hanno la medeſima virtù.

Della cariota.

Qualità della cariota.

LA cariota è roſſa, & roſigna, quella cotta a leſſo ſi mangia in inſalata: queſta ſi cuoce con il brodo graſſo, come ſi fa la rapa, piace più cotta, che cruda: l'vna & l'altra genera flati, & nutriſſe manco, che la rapa, & anco più difficilmente ſi cuoce, prouoca però l'orina.

Del cefaglione.

Che coſa ſia il cefaglione.

IL cefaglione è vna ſpecie di palma, anzi più preſto vno certo germoglio, ilqual ſi troua appreſſo la radice a guiſa di balla, ilqual da alcuni è chiamato cerebro, & ſi crede, che prouochi l'huomo al coito:

Facoltà del cefaglione.

queſto è in qualche ſtima, perche è di ornamento alle tauole delli ricchi, è antipoſto al carcioffo, perche è più incitatiuo al coito ſecondo l'opinione di alcuni, & ſi da dopò gli altri cibi.

Delli tartuffoli.

LI tartuffoli ancor che ſempre ſiano ſenza foglie, & ſenza fuſto, è però coſa conueniente a metterli nel numero delle radici, per la grande ſimiglianza, c'hanno con eſſe, ſi mangiano crudi, & cotti: ma

Il tartuffo è duro da digerire.

in tutti doi li modi ſi cuoceno nello ſtomaco con difficoltà, & molto più ſe ſi mangiano così ſemplici, & ſenza alcuno liquore, gencrano flato,

Le facoltà ſue.

ſtimulano al coito, nociono allo ſtomaco, grauano la teſta, & cauſano

melan-

melancolia, & se l'huomo ne mangia troppo spesso, sogliono produrre il morbo comitiale, apoplessia, & paralisia.

Delli asparagi.

HAVEMO *detto assai delle radici, seguitano certi cauoli piccioli, chiamati volgarmente sparagi, li quali si pigliano dal caulo, dalla cicoria, dal vero & particolare asparago, da i lupuli, dalla senape, dalla malua, dalla rapa, & dal rafano: di questi se n'è detto a bastanza nel trattato delle herbe, & delle radici. Hora restano quelli piccioli cauoli, che nascono dall'una & l'altra brionia, dal rusco, & da certi germogli, che nascono ne' canneti, & si chiamano pessi di canneti, li quali tutti representano vna specie de' sparagi. Ma bisogna prima auuertire, che tutti questi piccioli cauoli, per hauer in se vn certo lentore, possono facilmente mouer il corpo: ma se insieme con questo lentore vi sarà congiunta qualche qualità acre, ò amara, la quale però non sia tanto intensa, che impedisca, che non si possano mangiare, tanto più il corpo si mouerà, quanto più vehemente sarà quella qualità hauendo però sempre rispetto, al nutrimento che possono dare.*

Da qual herba si pigliano li sparagi in commune.

Nota vn'altra sorte di sparagi in cõmune.

Come & per qual causa questi sparagi mouono il corpo.

De gli asparagi della brionia.

PERO' *li germogli cotti della brionia bianca, & nera, la qual da Latini si dice vua taminia: della bianca prouocano il ventre, & l'orina: della nera prouocano li mestrui, & l'orina, sminuiscono la milza, & sono accommodati per quelli, che patiscono vertigine, morbo comitiale, & palalisia.*

Li effetti delli asparagi della brionia bianca, & nera.

Delli germogli del rusco.

LI *germogli piccoli, & teneri del rusco, si mangiano in cambio delli veri asparagi, nel modo che si mangiano l'herbe, hanno vna certa amarezza, & prouocano l'orina.*

Li effetti dello asparago del rusco.

Del pesse del canneto.

QVESTO *è vn germoglio dell'equiseto, ilqual è la coda di canallo, & stringe troppo il corpo, la plebe lo mangia, con l'aglia-*

Le qualità dello asparago del pesse di canneto.

ta,

ta, ò altra cosa tale, al tempo della quaresima, cotto prima alesso, & poi fritto, il suo vso è pericoloso.

Della ferula.

Le qualità della ferula.

IL torso, & il primo germoglio della ferula, ilqual da alcuni è chiamato corcolo, altri lo chiamano ouo; è mangiato da persone assai: ma il torso, secondo Dioscoride, causa dolor di testa: il germoglio poi (si come dicono alcuni moderni) è gratissimo al gusto, & è potentissimo rimedio a prouocar l'huomo alle cose veneree.

Delli fiori. Cap. IIII.

Quali fiori sono in vso.

LA ragione vole, che hormai dichiariamo li fiori, li frutti, & li semi: tra i fiori adunque, che sono in vso, si mettono quelli di cicoria, di saluia, di rosmarino, di boragine, & di bugolossa: questi per hauer la figura di foglie, & per esser lisci, si cuoceno con difficoltà nello stomaco: eccetto se prima saranno ben tritati con li denti, perche attaccati con quello humore lento, ilqual sempre si troua nello stomaco, iui come indomiti si fermano longo tempo, come si vede, che fanno anco di fuori, se si mettono con l'acqua calda in qualche vaso, perche iui ancor non si possino disfare, ma solamente se infracidiscono, si crede c'habbiano la virtù di quelle herbe onde nascono.

Che li fiori non si cuoceno se nō cō difficoltà, & perche.

Le qualità delli fiori.

Delli frutti in generale. Cap. V.

Diuisione delli frutti.

QVASI tutti li frutti acquistano la sua perfettione ò d'estate, ò d'autunno: di quelli che l'acquistano all'estate, alcuni si corrompono tardi, alcuni presto: di quelli, che l'acquistano d'autunno, alcuni si liquefanno assai, & presto, alcuni molto manco, & quelli si chiamano frutti horarij, & questi frutti non horarij: tra gli horarij adunque metteremo per adesso, le cirase, le fraghe, li mori, & le armoniache, le precochie, le chrisomele, li persichi, le prugne, li fichi, li melloni, le angurie, l'vua, & altri simili.

Frutti horarij, & non horarij.

Quali siano li horarij.

Quali siano li nō horarij.

Tra quelli poi che non sono horarij, si metterà l'vua spina, li peri, li pomi, li cotogni, li pomi granati, le nespole, le sorbe, le cornole, li aza-

li azaroli, le Zucche, li cocomeri, le oliue, li limoni, li cedri, li pomi aranci, le melangiane, le giugiole, le carobbe, il carchiosso (si come alcuni vogliono.) Tutti questi frutti dell'vna sorte, & l'altra grauano lo stomaco, con la sua quantità: questi perche difficilmente si disfano, quelli perche si putrefano, & più presto, & in maggior grado, di quello che richieda la natura dell'huomo: talmente che possono a pena spesse volte nutrire: però se presto non scendono al basso a gli intestini, restando nello stomaco, se gli fanno molesti, & di peso: oltra di questo tutti quelli, che sono duri da digerire, sono contrarij allo stomaco, quando è pieno, come li codogni, peri, & pomi, appresso quasi tutti sono dilettenoli al gusto, & eccitano l'appetito: però non è bene a mangiarne, in questo caso, più spesso di quello, che si mangia l'altro cibo, perche questi sono spesso causa di gran pienezza, la quale può poi produr molti altri mali. Et di più tutti li frutti, & massime gli horarij, quando si mangiano con altri cibi, ò prima ò dopoi che siano presi; spesse volte si vomitano, più presto in vltimo, che dipoi, quando però occorre a vomitare, non perche siano graui (come alcuni si pensano) perche se così fosse, ancor altri cibi più graui, fariano il medesimo effetto (ilche però non accade.) Ma perche essendo tanto desiderati sono ancora ritenuti dalla natura, & non si vomitano, se non per grande violentia, come accade anco de gli altri cibi, che sono delicatissimi, prouocano la natura ad abbracciarli, per tutte le vie, con la loro dolcezza, & soauità: ma quando poi per qualche violenza, ò impeto, si cacciano fuori, insieme con le altre cose, perche la natura allettata dalla loro soauità, gli abbraccia, & quasi ostinatamente li ritiene, non si vomitano inanti, ma dopò gli altri cibi.

Il danno che portano tutti questi frutti, & per qual causa.

Nota di quelli frutti horarij, che si vomitano dopo il cibo.

Per qual causa li frutti horarij si vomitano dopo il cibo.

Delli frutti, che presto fugono. Cap. VI.

LI frutti chiamati horarij, perche si putrefano facilmente per la sua grande humidità, & per il calor del Sole, mangiati, si corrompono più, & più presto nello stomaco, che non comporta la naturale concottione dell'huomo: onde accade che, ò che con la sua putrefattione prouocano la natura a far troppo presta espulsione per il ventre, ò che se forse si ritengono nel corpo, oltra che si sente per essa vna notabile grauezza, è prima necessario, che con il suo molto vapore caldo acquistato dalla presta putredine, inalzino, & gonfino il ventricolo, & poi

Li frutti horarij presto si corrompono.

Il danno che segue da quella corruttione.

poi che mandando quello vapore alle parti supreme, empiano la testa fuori di modo, & di più, che portino gran lesione a gli occhi, li quali patiscono, & più & più presto che ogni altro membro della testa. Di questi che prouocano il corpo, li freschi fanno più tale effetto, che quelli che già sono inuecchiati: & li maturi più che li acerbi: & quelli che sono colti con la rugiata, che li seccati: percioche la rugiata non solo viene dalla terra, ma ancora scende, colla, & stilla in particolare fuori del corpo di questi frutti, & poi & l'vno, & l'altro condensato sopra la loro superficie per il freddo, che regna la mattina, al tempo dell'estate, iui si tratiene, & se quello frutto ha virtù di mollificare il corpo, si rende anco più efficcace a produr questo effetto, quanto maggiore quantità di rugiata è congiunta seco, come sono le prugne, & li sichi.

Quali sono quelli frutti, che più prouocano il ventre.

L'effetto della rugiata.

Et per questo s'hanno da cogliere la mattina per tempo inanti al leuare del Sole, nè è bene a metterli nell'acqua fredda, poco inanti che si mangino, come si suole fare, perche quell'acqua oltre che leua la rugiata, che vi era sopra, rende li frutti più insipidi (si come si può ogni giorno prouare con li sichi.)

Quando s'hanno da coglier li frutti che non si deuono metter nell'acqua fresca.

Oltra di questo, il mangiare spesse volte frutti, & in gran copia, contamina il corpo di cattiuo nutrimento, & lo rende facile a patire delle febri: ma il mangiarne in poca quantità, oltra che noce manco, ristora anco l'appetito per il vero nutrimento, & all'hora l'huomo pecca in pigliarne troppo spesso, quando perpetuamente ne vole in ogni pasto: l'error che si comette in quantità, è quando è molto maggior la copia delli frutti, che non è quella del cibo, che si mangia ordinariamente, & più errano quelli, che non mangiano quasi cosa alcuna di bono, & si riempiono di frutti.

Il danno che nasce dal mangiare troppo frutti.

L'vtile che nasce dal mangiame pochi.

Quando si mãgiano troppo frutti.

La quantità de' frutti sarà parca, se si leuarà tanto dell'ordinaria misura del cibo, quanto sarà la quantità di quelli frutti, c'hauerà da pigliare: li quali però nè grauino, nè gonfino lo stomaco, & benche questa regola non si possa insegnare se non con l'esperientia: nondimeno dirò per essempio, che si debbia leuar la quarta, ò la quinta, ò al più, la sesta parte del cibo, & pigliare in suo luogo tanta quantità di frutti.

Come si misura la quantità delli frutti che s'hanno da mangiare.

Bisogna anco sapere, che li frutti sono di gran danno a quelli c'hanno molta sete (ancor che altri pensino altrimente) percioche il lor cattiuo, & vitioso succo, si diffonde presto, per tutto il corpo: & questo nasce non solo perche la sete causa vn'appetito di tirare a se gran copia d'humore, ma anco perche la natura in quelli tempi appetisse li frutti,

A quali siano di danno li frutti, & per qual cagione.

Perche li frutti si diffondono per tutto il corpo,

li quali

li quali poi subito putrefatti, ò che danno molestia al corpo, con quel loro calore contrario al naturale, ò che dando, ò poco, ò nissuno nutrimento, rendono subito il corpo languido, & debile.

Oltra di questo è meglio a mangiare questa sorte di frutti inanti, che dopò il cibo, perche presi inanti, con la loro acrimonia, ò qualche altra simile qualità, acquistata dalla presta putrefattione, incitano la natura all'espulsione: onde per questo scendono più presto a gli intestini. Per il contrario poi presi dopò gli altri cibi, oltra che, per esser tanto desiderati dalla natura, se ne piglia spesso tanta quantità, ch'è necessario, che ne nasca vna pienezza grande, tanto più perche il loro grato sapore suole inuitare gli huomini a mangiarne, ancora che non vi sia fame alcuna: ne nasce anco vn'effetto peggiore, che, mentre che si fermano di sopra, corrompono gli altri cibi posti sotto di loro, cosa che se spesso accade, fa che il corpo si assuefà a non nutrirsi, ò che acquista qualche mala dispositione, & in vltimo può farsi l'huomo ettico.

Per qual causa si deuono mangiare inanti il cibo.

Il danno che segue dal mangiare troppo di questi frutti dopò gli altri cibi.

Nota vn'altro effetto peggiore.

Et benche alcuni prohibiscano affatto l'vso delli frutti, come quelli, che così facilmente si corrompano: nondimeno perche la natura nostra vi è tanto inchinata, che molti non potendone hauere, ne hanno sentito grande lesione, & per questo bisogna alle volte fare a suo modo, sarà vtile trouar vna regola per la qual l'huomo sappia mangiare li frutti con vtilità, ò almeno con manco danno che si può.

Nota di quelli che prohibiscono li frutti.

Come si deuono conceder li frutti:

E' adunque necessario, che li frutti si piglino ò inanti al cibo, ò con il cibo, ò dopò il cibo. Pigliandoli inanti, & che presto mouano il corpo, si pigliano sicuramente: se si pigliano con li cibi, & che parimente mouano il corpo, parimente non possino fare mal alcuno: se poi si pigliano dopò li altri cibi, ma in poca quantità, & appresso che si scemi tanto del cibo sodo, che si pigliaria senza li frutti, quanta è la quantità, che si piglia de i frutti: in quel caso è quasi impossibile, che possa portare danno, percioche il loro cattiuo humore non si può tirare dalle vene, che già sono ripiene del primo nutrimento, & forse anco con l'aiuto della sua parte corrottibile, cacciando abbasso alquanto più presto, che non faria, quel poco escremento, che si genera ordinariamente dal vero nutrimento, spesse volte al tempo debito prouoca l'appetito, per esser quella espulsione mediocre, per mezo della qual il corpo si espurga.

Quando si pigliano li frutti, non portano danno.

Quando li frutti horatij si possono pigliare dopo gli altri cibi.

Quando portano vtile presi dopo pasto.

Tra le altre cose però è d'auuertire, ch'è meglio pigliarli nel principio del pasto con altri cibi, & massime con il pane, che inanti vn pezzo, ò molto dopoi, perche a questo modo la loro corrottione più facilmente si contempera, così dice Hippocrate, nel terzo della dieta, quando dice

Che questi frutti si deuono pigliare subito inanti il cibo, con il pane, & perche.

βέλτιον σὺν ὀπωρῶν ἀπέχεσθαι εἰδὲ χρῶτό τις μετὰ τῶν σιτίων χειρόμενος ἥτις ἂν ἐξαμαρτάνει, cioè è meglio astenirsi da i frutti, ma se alcuno ne vole pur mangiare, non farà errore, se li pigliarà con altri cibi.

Quando è vtile a beuer dopò questi frutti, & quando è di danno.

Ma a beuer poi sopra li frutti horarij, alle volte è di poco vtile, & spesso è di danno: è di vtile perche sogliono alle volte smorzar la sete: è poi di danno, quando li frutti accrescono la sete: ilche accade quando si putrefano inanzi il tempo. Ma se ò per la longa consuetudine, ò per qualche altra causa, l'huomo è sforzato a beuer, è molto meglio, ò compire il pasto del tutto, ò almeno mangiare qualche altra cosa di più, che subito beuer dopò li frutti, perche beuendo subito, il vino distribuisse a tutto il corpo il suo succo puro, & netto, che di sua natura è mal sano: ma se si mangia prima qualche cosa di bono, quello succo prima che passi alli membri, & a i meati, è già stato contemperato dalla bona qualità del cibo, preso dopò loro.

Per qual causa nō si deue beuer dopo questi frutti.

Se si deue beuer acqua ò vino dopo questi frutti.

Alcuni dubitano se è meglio beuer acqua ò vino, quando si sono mangiati li frutti separati d'altri cibi, ilqual dubbio è da determinare più con l'esperienza, che con la ragione. Percioche s'hauemo consideratione al calor del Sole, ilqual al tempo dell'estate è causa in essi di grande alteratione, l'acqua parerà molto più al proposito in questo caso, perche rinfresca quello si grande calore: ma se consideraremo la loro facilità alla putredine, faremo elettione di vino, ilqual li fa duri, & li diffende più longo tempo della putrefattione, come si vede per esperientia nelli fichi freschi, li quali con l'acqua si desfano, & con il vino s'induriscono.

Per qual ragione si deue beuer acqua.

Per qual ragione si deue beuer vino.

Nota de'li fichi, che si desfano nel l'acqua, & s'induriscono nel vino.

Hora incominciaremo prima da i frutti chiamati horarij, con li quali se forse in questo discorso mescolaremo qualche sorte di quelli, che non sono horarij, non vorrei, che alcuno giudicasse, che per questo l'opera nostra fosse disordinata, ma ne desse la colpa, più presto ad alcune cose, che se gli mettono in mezo, per accidente.

Delle ciraſe.

L'vtile che portano le ciraſe.

LE ciraſe così dolci, come acide, lubricano il corpo, quelle più, & queste meno: se sono secche, lo fermano, ma quelle manco, & queste più, sono vtili allo stomaco, quelle, perche eccitano l'appetito, queste sì per il medesimo, sì anco perche contemperano il cattiuo humore, che spesso si troua nello stomaco, ilqual in alcuni è la colera.

Delle

Delle fraghe.

LE fraghe da alcuni si chiamano more di herbe, ò fraghe di herbe, ò di campagna, comparate alle more, che nascono su le piante: alcuni pensano, che siano li frutti del rouo Ideo, alcuni che siano li frutti dell'herba cinque foglie: quelli pensano così per vna certa similianza, questi per propria fantasia: percioche l'herba dalla qual nascono, è spesso di cinque, ma di tre foglie: non si troua che gli antichi gli habbiano assignato alcuna facoltà, ben si può dire, che presto si corrompono, & per questo si mangiano con maggior vtilità con il vino, perche fa la loro sostanza più soda, & prohibisse, che non così presto si corrompono, altrimenti presto si fanno acide: se se ne mangia in molta copia, accendono la febre, ma moderatamente smorzano la sete, giouano allo stomaco eccitando l'appetito, se si pigliano inanti pasto, pure & senza altra compositione, prouocano il ventre, & questo accade perche facilmente si corrompono.

Che cosa siano le fraghe.

Gli antichi nō ne parlano.

Perche si mangiano con il vino.

L'vtile, & danno, che portano le fraghe.

Delle more.

LE more di arbore così bianche, come nere, se sono acerbe stringono il corpo, se sono mature lo mollificano: ma se non escono dal corpo, offendono grauemente la testa, si corrompono facilmente, prouocano l'orina: ilche forse fanno, perche hauendo in se tanto succo, sono tirate presto, & in gran copia alle vene, le quali poi mentre che quello humore si corrompe, si sforzano di cacciarlo fuori per via dell'orina, più presto, & inanti che sia tirato, & consumato dalle altre parti del corpo: le nere le quali sono più soaui, perche si fanno dolci con vna certa austerità, (cosa ch'è particolare a quello frutto) smorzano la sete, reprimono il gran calore, prese in copia danno fastidio allo stomaco.

L'effetto che fanno le more.

Nota delle more nere.

Delle more seluaggie.

IL frutto del rouo seguita le vere more, se non per il tempo, almeno per la similianza della figura, stringe alquanto quando è mezo maturo, ferma il ventre, ma poco meno, che ben maturo è accommodato per li medicamenti della bocca: quando poi è ben maturo, non dispiace al gusto, & prouoca l'orina.

L'effetto, che fanno le more seluaggie.

Delle precochie armeniache, & crisomele.

Le qualità delle precochie, armeniache, & crisomele.

TVTTI *questi frutti sono quasi d'vna medesima natura, & sono differenti tra se solamente secondo il più, & il meno: sono molto simili alli persichi, ciascuno di essi nutrisse manco, ma sono più vtili allo stomaco, (si come Dioscoride si pensò) quelle c'hanno la polpa più leggiera, più rara, & più secca, si smaltiscono con più difficoltà: alcuni hanno dubitato se questi frutti si corrompono più facilmente, che il persico; ma chiara cosa è, che le cose humide si corrompono più presto, che le secche.*

Del persico.

Il persico è differente dal perseo.

La differentia che è tra li persichi duracci, & che s'appiono.

La qualità d'ambidoi.

Li danni che portano ambidoi.

Quando stringono il corpo.

Per qual causa li duracci si mangiano dopò pasto.

Nota delli nociperſichi.

IL *persico è molto differente dal perseo, ilqual in Persia è venenoso, & in Egitto si dice ch'è salubre: alcuni si chiamano duracchi, alcuni s'aprono facilmente: & tra questi, è vna differentia d'importanza, quelli si conseruano più longo tempo incorotti; questi facilmente si putrefanno: quelli quando sono nello stomaco, con facilità si fanno acidi, & questi non così presto: per la qual cosa quelli sono manco; & questi sono molto più nociui. L'vna & l'altra sorte ha soaue, & grato odore, con ilqual alcuni hanno pensato, che possano correger il puzzor del fiato, & anco resister alle passioni, & mancamenti del cuore, ambedue offendono li nerui, se spesso se ne mangia, (& questo forse accade per la sua acciditià) per la qual cosa composte con le cose acide sono di maggiore nocumento, se sono mangiate in gran copia, & spesso eccitano le febri: se sono mature, lubricano il corpo, ma acerbe lo stringono, (si come dice Dioscoride) se poi sono secche molto più lo stringono: infuse nel vino resistono più alla putredine, perche si fanno di sostanza più soda. Per la qual cosa non è marauiglia, se li persichi duracchi ben bagnati nel vino hauendo prima da se vna sostanza più soda, la qual solidità se gli accresce anco per il vino, non si mettono in tauola tra li primi cibi, ma tra gli vltimi, con qualche vtilità, si come ancora quelli, che sono conditi con il zuccaro. Quelli che si chiamano nociperſichi hanno la polpa più dura, hanno miglior odore, più difficilmente si corrompono, & si cuociono, nè sono tanto soaui al gusto.*

Delle

Delle brugne,

LE brugne mature, & freſche lubricano il corpo, ma ſeccate, & che prima non ſiano bene humettate, lo ſtringono, ma è d'auuertire, che non biſogna humettarle con il vino, (come ſin'hora quaſi tutti hanno fatto) ma con l'acqua, percioche il vino le fa ferme, & ſode, (come già ho detto) & l'acqua le fa molli, & lubriche. Le Damaſcene ſono più commode allo ſtomaco, perche hanno in ſe manco ſucco; le altre tutte quanto più ſucco hanno, tanto manco vtili ſono, & per il contrario quanto manco ſucco hanno, tanto più vtili ſono: & è coſa chiara, che biſogna pigliarle inanti alli altri cibi: il ricercare poi di quanto tempo prima hanno d'eſſer preſe, & ſe ha d'eſſer poco, ò aſſai il tempo prima che ſi mangi altro cibo, è più preſto coſa da curioſo, che da medico ragioneuole.

L'effetto delle brugne mature, & ſecche.

Che il vino le fa ſecche, & l'acqua humide.

La cauſa perche le damaſcene ſono più vtili.

Quando s'hanno da pigliare.

Delli fichi.

TVTTI li fichi maturi, & freſchi, per il latte, che ſempre hanno ſeco, ſcaldano, ma ò più, ò meno: lubricano facilmente il ventre molle, ma con vno poco di difficoltà lubricano quello, ch'è duro; ſe mouono il corpo a pena ſi ſente il loro calore, ma ſe non lo mouono, non ſolo accendono il calore, ma ancora prouocano il ſudore, & le broggie per il corpo.

La cauſa perche li fichi ſcaldano, & nota del ſuo latte, lubricano il corpo, & il danno che portano ſe nō lo lubricano.

Quelli che naſcono prima in mezo dell'eſtate, ſi maturano preſto, ſalno ſe in quel tempo piouerà aſſai, rare volte ſono ſani, anzi per il più ſono cattiui, perche pigliano in ſe più caldo, di quello che la natura non comporta. Per la qual coſa ſcaldano fuor di modo, & maſsime ſe ſe ne prende in copia grande, & fanno il corpo facile a patir febre, & così ancora quelli che naſcono il meſe d'Agoſto, inanti che pioua, ſono molto caldi, & mal ſani: li ſecchi ſono molto caldi, & mouono il corpo, ma quanto manco lo mouono, tanto più riſcaldano; empiono il ventre di ſlati, & purgano le reni, come alcuni penſano, leuata la ſcorza ſottile di fuori: ſe ſpeſſo, & in copia ſi mangiaranno, generano pidocchi, nociono al fegato, & alla milza, & oſcurano la vista.

Li fichi di meza eſtade ſono maſſani, & perche.

Quando li fichi d'Agoſto ſono maſſani.

Li fichi ſecchi mouono il ventre, & quando ſono caldi.

Effetti delli fichi ſecchi boni, & cattiui.

Molti dubitano ſe s'ha da beuer vino, ò acqua ſopra i fichi, ma è molto meglio non beuer coſa alcuna, perche hanno in ſe molta humidità, ma poi che l'huomo hauerà pigliato la maggior parte del ſuo cibo, potrà be-

Se dopoi li fichi ſi deue beuer vino, o acqua.

Meglio è subito non beuer cosa alcuna, ma bene a mezo il pasto, per che subito si deue beuer acqua, & non vino.

trà beuer, ò acqua, ò vino, ò l'vno, & l'altro insieme, se poi alcuno vorrà pur beuer subito dopò i fichi, è molto meglio beuer vn pocheto d'acqua, che vino: percioche struggiendosi loro facilmente con l'acqua, come già hauemo detto, & facendosi più duri con il vino, scendono più facilmente a gli intestini inferiori, cosa che non si può desiderare la migliore in essi.

Della zucca.

L'Angvria, & li melloni segnitano: ma è necessario interporre alcune cose della zucca, & del cocomero, li quali non sono frutti horarij, perche la cognitione di questi darà gran luce alla cognitione di quelli altri.

Varia figura della zucca.

La longa, & sottile.

La Zucca adunque è ò longa, ò ritonda, ò corta: la longa, & sottile, ne i cibi, è più grata: ma si come gioua a mangiarla cotta, così noce à mangiarla cruda, si cuoce senza danno, purche però non si corrompa

La qualità della zucca.

prima che si cuoccia: da inquanto a se, nutrimento freddo, & humido,

Come si condisse.

ma poco, queta la sete, si condisse vtilmente con l'origano, con la senape, con il zaferano, con il pepe, & con simili altre cose: anzi quando è

Come si mangia in loco d'insalata.

molto tenera, se sarà prima cotta nell'acqua, poi leuatali la scorza, & nel fine condita con oglio, sale, & aceto, è sommamente grata a persone assai, in luogo d'insalata.

Li danni che porta la zucca.

Vn certo Auttor Greco dice, che offende li flegmatici, & quelli che sono soggetti alli dolori colici, & che raffrena l'appetito di Venere, &

Vtilità che porta la zucca.

che sminuisse il seme genitale. Alcuni hanno pensato, che lubrichi il ventre: ma perche si rompe facilmente, & non ha in se lentore alcuno, non è da credere, che possa fare questo effetto, per se stessa, ma

In qual modo possa lubricare il ventre.

prouocarà forse la natura all'espulsione, ò con la sua gran quantità, ò perche sarà in qualche modo putrefatta.

Nota le qualità delle zucche, che si chiamano matine.

Le Zucche forastiere, le quali poco fa sono state condotte in Italia, & che sono chiamate d'alcuni Zucche Indiane, hanno la figura di melloni, come se fossero melloni garbi: ma alcune sono grandi, alcune piccole, alcune mediocri, alcune poi sono longhe, alcune tonde, & tutte di varij colori: il sapore suo ha alquanto del dolce, nè è tanto insipido, come quello delle nostre: quanto più tempo durano, tanto più difficilmente si cuocono, & tanto manco si smaltiscono: & quanto più sono di rara & di leggier sostanza, la qual si possa facilmente ridur in poca mole, tanto più difficilmente escono dal corpo, & si smaltiscono.

Del

Del cocomero.

LI cocomeri li quali alcuni vogliono, che siano li cocomeri di Dioscoride, sono pieni di succo viscoso, & freddo, & con molta difficoltà si cuoceno, vi corre molto tempo prima ch'escano dallo stomaco verso le parti da basso: alcuni vogliono, che co'l suo odore ristorino quelli, che sono stramortiti, per il gran caldo: se sono mangiati in gran quantità generano humori cattiui, & qualche volta ancora febri lunghe.

Le qualità del cocomero.

Vtile, & danno, che porta il cocomero.

Del cocomero volgare, cioè dell'anguria.

ALCVNI hanno pensato, che l'anguria, chiamata in Roma cocomero fosse totalmente incognita alli antichi Greci, ella smorza la sete, & leua l'aridità dalla lingua, il suo frequente vso è però pericoloso, percioche si conuerte facilmente in succo acquoso, il quale se si scontrarà in vno, che per ordinario sia sobrio, perche questi tali hanno anco lo stomaco vacuo, & netto, si caccia tra le sue tuniche, si come fa l'oglio dentro in vno panno di lana, & il più delle volte produce certi dolori lenti, che alcuni chiamano sardi, la quale indispositione non si può leuare senza gran difficoltà, & fatica. Ma se lo stomaco sarà più pieno, porta manco pericolo, perche in questi tali si diffonde spesso per la via dell'orina: se poi sarà ritenuto nelle vene, sarà causa di certi horrori straordinarij, ò d'vna qualche fastidiosa stracchezza, ò d'vna difficile, & lunga febre, & finalmente, come molti hanno scritto, con difficoltà grande si distribuisce per il corpo, sminuisse il seme, & il desiderio del coito, è poi opinione quì in Roma, che il suo succo spesso beuuto, gioui a quelli, c'hanno la febre ardente.

Vtile, che porta l'anguria.

Perche porti poi danno.

Nota particolarmente il danno, che porta il molto vso dell'anguria.

A quali non può portare questo dãno.

Quando poi porti altri danni.

Delli melloni. Cap. VII.

E' GRAN dubbio fra i studiosi delle cose rustiche, quali fossero anticamente li melloni. Che siano li cocomeri, accommodati con grande artificio, si come le angurie s'accommodano con lo istesso modo, dalle Zucche, lo lasciarò giudicare da altri: dirò bene, che quelli, che sono più odorati, & c'hanno il piede più grosso, & al peso sono più gra-

Dubbio, che cose fossero li melloni anticamente.

Come si conoscono li melloni migliori.

ui,

ui, sempre sono stimati più eletti, quasi tutti questi piacciono somma-
Danno che portano li meloni. *mente a ogn'vno, nondimeno sogliono prouocare il vomito, & portare*
gran danno al corpo, con la sua veloce putrefattione: & per questo
Quando portano poco danno, *quanto più presto si smaltiscono, tanto manco danno possono portare:*
con la sua parte sottile prouocano l'orina, con la grossa il ventre,
talche danno pochissimo nutrimento, & perche si corrompono più pre-
sto di quello, che conuiene, & nello stomaco, & nelle vene, diuentano su-
bito troppo inimici alla natura. Per la qual cosa, si come li grossi escre-
menti si cacciano fuori per il ventre, & li sottili per l'orina, così que-
sti humori fatti troppo graui alla natura, ouero anco forse mordaci per
la loro putredine, escono dal corpo per le medesime strade, prima, che
si possano conuertire in nutrimento: & per questa causa, se se ne piglia
Per qual causa smorzano li desiderij del coito. *in gran copia, smorzano li desiderij del coito, come molti dicono, perche*
nutriscono poco, & generano poco seme, il quale si fa dal buono nutri-
mento: se poi accaderà, che qualche persona sobria ne mangi con pi-
Quando causino febre. *gliare ò poco, ò niente di altri cibi, facilmente questi tali cascarano in*
Come se ne deue mangiare poca quantità, & più d'altri cibi sodi. *febre. Talche per fuggire questo pericolo, bisogna pigliarne poca quan-*
tità, & molto maggiore delli cibi sodi, come di carne, & di pane, ac-
cioche cacciati al basso dal maggiore, & più graue cibo, col fermarsi
poco nel corpo, siano spinti presto alle vie dell'escretione. Finalmente non
Si deuono mãgiare cibi sodi dopoi li meloni, & massime se sono delli più duri, che sempre sono piu stimati, & per qual ragione. *bisogna mangiare cibi leggieri sopra questi frutti, massime quando sa-*
ranno di sostanza dura, quale suole essere in essi più stimata, percioche
non scendendo essi così facilmente per la sua durezza dallo stomaco a
gli intestini, è pericolo, che mangiando dipoi cose leggiere, lo stomaco
non sia sforzato a scaricarsi di questa molestia, per via del vomito:
perilche, è cosa più sana pigliare prima li meloni, & poi mangiare
carni, ò qualche altra sorte di cibo graue, ilquale possa spingere abbas-
so con il suo peso la disobediente polpa delli meloni.

Che non si deue beuere dopoi li meloni, ma beuendo, il vino, è meglior dell'acqua & perche. *Il beuer dopò questi spesso è di poco vtile, anzi è di danno: ma se*
Perche causa il vino fa tanto buono dopoi li meloni. *pure l'huomo è forzato a beuere, sarà meglio a beuer vino, che acqua,*
Vn'altra ragione per laquale si deue beuere piu presto vino, che acqua, dopoi li meloni. *perche piace più alla natura, poiche questi frutti non fanno impressio-*
ne alcuna nel passare, per la loro flussibile sostanzia, nella lingua, anzi
più presto meglio la mondificano, & gli lassano il senso del gusto più
intiero: onde accade, che il vino pare sempre più saporito dopò questi
frutti: & però è meglio a beuere vino, che acqua, tanto più perche con-
solida la sua sostanza, & la diffende dalla putredine, cosa, che non può
fare l'acqua.

Per qual causa il seme del melone prouochi l'orina, *Il suo seme poi gioua alli calcoli, & prouoca l'orina, ma ciò fa, non*

perche

perche si corrompa presto, come hauemo detto della lor polpa: ma perche tutti li semi hanno li spiriti molto sottili, li quali, si come inalzano la terra in maggior ampiezza, così agitano, gonfiano, & distendono gli humori dentro delle vene, li quali poi, come quelli, che ricercano maggior luogo, sono cacciati alla via dell'orina, quasi, che cerchino d'uscire dal corpo.

Dell'vua. Cap. VIII.

L'VVA *acerba, che volgarmente si chiama agresta, stringe assai, ma se è cotta stringe meno, è difficile da digerire, & cotta, facile, quella stringe il ventre, questa perche nel cuocerla si fà dolce, con vna certa leggier astrittione, moderatamente rilassa: nè l'vna, nè l'altra guasta il gusto del vino, contra quello, che fa l'vua matura; percioche stringendo moderatamente, lassa quasi secco, intiero, & puro l'instromento del gusto, l'estate è vtile, & dilettenole allo stomaco, il suo succo essiccato ò dal fuoco, ò dal Sole, è molto più astringente, rifresca con la sua acidità, nè penetra molto al profondo, nè manco per questo prohibisce il gusto del vino, come fa l'aceto. & benche il beuer del vino sommamente piaccia dopò l'insalata, nondimeno, se non ha poca acqua in se, ò che sia ben potente, non se ne può apena sentire gusto alcuno, che piaccia per l'impressione lassata dell'aceto: ma l'vua matura & fresca, turba il ventre, & massime, se se ne prende in quantità, gonfia lo stomaco, quella, che è stata appiccata vn pezzo, è alquanto più sana, eccita l'appetito, & per ciò è accommodata, & vtile allo stomaco.*

L'agresta stringe, ma cotta stringe manco.

Altra qualità dell'agresta.

Quando l'agresta è piu vtile.

Perche il vino nõ piace dopo l'insalata.

Danno, che apporta l'vua matura.

L'vtile, che apporta l'vua appiccata.

La duraccia chiamata pergolesa difficilmente si cuoce, offende molto lo stomaco delle persone sobrie, & che digiunano perche è di sostantia molto soda, presa in poca quantità con le cose arrostite, si come piace al gusto, così non porta danno alcuno, l'vua passa bianca, perche spesso è più austera, stringe anco più, che la nera, & la sua carne giona alle fauci, & alla vesica.

La qualità dell'vua pergolesa.

Le qualità dell'vua passa bianca.

Hauemo trattato di quelli frutti, che da noi si chiamano horarij, è tempo di trattare di quelli, che non sono horarij.

Dell'vua spina.

L'VVA *spina, ò crispina, si stima, che non fosse conosciuta da gli antichi, nel mese di Maggio, & di Giugno inanti, che maturi è molto*

L'vua spina nõ fu conosciuta da gli antichi.

Qualità dell'vua spina.

molto grata allo ſtomaco, nelle vinande, mentre, che è verde, & di ſapore acido, ſtringe, come fa l'agreſta, quando ſi fa matura, acquiſta vn poco del dolcetto, & vn color pallido, ma è manco grata al guſto.

Delli peri.

Qualità delli peri.

Li peri mangiati con il pane, & con il caſcio, ſono di qualche vtile, & perche.

Si cuocono cõ difficoltà.

Quali foſſero li moſcaroli appreſſo gli antichi.

Danno, che portano li peri.

LI peri preſi a digiuno, nocciono quaſi tutti, ſtringono, fermano il ventre, mangianſi dopò paſto con il pane, & con il caſcio, da quelli, che ne mangiano, ſono di qualche vtile, perche dal caſcio acquiſtano vn certo lentore, che non gli è di danno, per eſſere molto fragili, ma ſi cuociono con difficoltà: quelli che ſi chiamano moſcaroli, che forſe furono detti ſuperbi dalli antichi, ſi come ſi corrompono più facilmente, così anco con manco fatica ſi cuociono, in ſomma l'vſo di tutti li peri è molto pericoloſo a quelli, che patiſcono li dolori colici.

Delli pomi.

Diuiſione delli pomi quanto al ſapore.

Quando ſi deuono cogliere li pomi, che durano.

Qualità delli pomi.

Qualità d'alcuni pomi.

Quando s'hanno da mangiare li pomi.

Come facciano perdere la memoria.

Sono vtili a quelli, che tramortiſcono per mancamẽto di cuore.

LI pomi, li quali da Greci furono chiamati μῆλα, alcuni ſono acidi, alcuni dolci, alcuni ſtanno in mezo di queſti dui ſapori, ò che più, & meno ſono auſteri, alcuni ſono totalmente inſipidi, li quali s'hanno da laſſare, come inutili affatto, gli altri non ſi deuono cogliere prima, che maturino, ſopra le loro piante, altrimenti ſono duri da digerire, & freddi, ſono tardi al penetrare, & danno peſſimo nutrimento; ma quelli, che ſono ben maturi, & che ſi conſeruano nell'inuerno, & anco nella primauera, ſono molto migliori, tutti hanno forza di rifreſcare, nutriſcono poco: all'autunno ſono più cattiui, che l'inuernata, perche all'hora ſono aſſai ben maturi: gli auſteri, & gli aſtringenti giouano allo ſtomaco, & fermano il ventre: gli acidi racconciano l'appetito, & ſminuiſcono il calore, ma gonfiano alquanto, & nuociono a i nerui: li dolci ſi diſtribuiſcono aſſai meglio, & ſi ſtima, che conferiſcano a i melancolici, & a i pleuritici: biſogna mangiarli tutti dopò paſto, perche a queſto modo confortano il ventricolo, & ſono di grande aiuto a quelli, c'hanno infaſtidio il cibo, & che ſono tardi a fare la concottione nello ſtomaco, & che ſono moleſtati dal vomito, dalla diarrhea, & dalla diſenteria: vn certo Autore ha detto, che fanno perder la memoria a quelli, i quali ne ſogliono ſpeſſo mangiare tanti, finche ſi ſatiano, & forſe queſto accade perche giouano a i melancolici, ſono vtili anco a quelli, che per mancamento dell'animo, quaſi tramortiſcono, & per debilità di cuore.

Che

Che poi li pomi apij siano li meli meli di Dioscoride, & li rosei siano gli epirotici, & appresso alli Latini, gli orbiculati, mi pare, che se ne possa fare qualche discorso, ma non già affermare, & stabilire cosa alcuna di certo.

Quali sono li pomi appij, & roici.

Delli pomi cotogni.

LI cotogni hanno virtù astringente, & sono composti d'vna sostanza solida, & dura, & essalano odor grato con vna certa aridità, per la prima qualità confortano lo stomaco humido, & rilassato, perche tirano à se tutto quell'humore, alquale s'attaccano: per la seconda fermano il ventre, perche cuocendosi con difficoltà, quando sono scesi nel fondo dello stomaco, & postisi in mezo a gli altri humori, che fanno il ventre lubrico, non così facilmente gli cedono, ma bisogna prenderli inanti pasto. Per la terza, sono contrarij alli veneni humidi, & corrottiui.

Qualità delli pomi cotogni.

Come per la virtù astringente cõfortano lo stomaco rilassato.

Per la sua aridità fermano il vẽtre, & come.

Per il suo buono odore resistono alli veneni.

Che poi mouano il ventre, se sono presi dopò pasto, si dice ben quasi da tutti, ma non si sa ancora, che in fatto così sia, perche è gran dubbio, che le cose, che premono, & grauano, facciano questo effetto con la sua virtù astringente, come molti scriuono: poiche è necessario, che premino, ò con il suo peso, ò con lo stringere quelle parti del corpo, che fanno poi l'effetto di mouere il ventre: non è da credere, che questo segua per il peso, perche se ne suole pigliare poca quantità, dopò gli altri cibi, ne manco si può fare con lo stringere quelle parti, perche lo stomaco ha la capacità tanto grande, che non si può a questo modo stringere, secondo le sue parti, si come questi danno l'essempio delle salsiccie, quando s'empiono. Questi frutti sono commodi allo stomaco arrostiti, sono piu piaceuoli quelli, che sono conditi, & conseruati nel mele, prouocano bene l'orina, come alcuni vogliono: il mele però stringe tirando in se la loro forza: ma quelli, che si cuociono nel mele, sono vtili allo stomaco, & piacciono a mangiarli, con tutto questo hanno manco virtù di stringere: se si pigliaranno dopò l'vltima beuanda; prohibiscono, che il vino con il suo vapore non percuota la testa: & questo effetto seguita, perche con il poco lentore, s'attaccano talmente alla gola, mentre, che s'ingiottiscono, che congiungono vna parte con l'altra, & insieme stringono.

Come li cotogni presi dopò pasto non possono mouere il ventre.

Come l'essempio delle salsiccie non vale.

Come sono commodi allo stomaco.

Quello, che fanno quando si pigliano dopo l'estrema beuanda, & come facciano questo effetto.

Il succo suo non è manco astringente, però prouoca l'orina: ma se alcuno mi dimandarà la causa di tale effetto, diro, che possono essere due,

Il succo delli cotogni prouoca l'orina, & nota due belle cause di questo effetto.

ò per via dell'odore, & della sua acre essalatione, che prouoca l'orina, ouero perche, mentre che passa per le vene, vnito in se stesso per la sua astrittione, caccia inanti quello suco, che troua prima di se, & lo spinge nelle vie dell'orina, come in vno luogo diputato per ordinaria espulsione della natura, ma questa è materia di più alto negotio. Bisogna qua auuertire, che se alcuno mangia gran copia di cotognata, & poi beua ò acqua, ò vino, darà grande occasione, che nel fegato si generi qualche notabile ostruttione; ilche sarà, perche quella beuanda la scioglie, & per le vene ne conduce gran copia al fegato, doue, perche è assai, & troppo si attacca, & con difficoltà si cuoce, si ferma tanto in quello luogo, che non solo farà l'ostruttione, ma ancora prouocarà qualche notabile dolore; per la qual cosa bisogna, ò mangiarne poco, se l'huomo vorrà bere dopò, ò se ne vorrà mangiare assai, non bisogna beuere cosa alcuna.

Come nel mangiare molti cotogni, si farà vna grande ostruttione nel fegato, & perche.

Quando l'huomo mangia cotogni assai, non bisogna beuere cosa alcuna.

Delli pomi granati.

TVTTI li pomi granati stringono, ma l'acido più, il dolce manco, & quello di mezo sapore mediocremente, il dolce contempera, & tira fuora il catarro sottile, che va al petto, percioche raffrena mediocremente con la sua leggiera astrittione, l'impeto di quell'humore, che corre; con la dolcezza poi, che non può essere senza calore, come Hippocrate, & Dioscoride hanno detto, matura la indigestione, & la caua fuori: gli acidi giouano a gli ardori dello stomaco, & meglio gli reprimono, & sono più potenti a prouocare l'orina, ma il frequente vso di tutti questi, leua quasi in tutto l'impeto delle cose Veneree, & forse questo sarà, perche non nutriscono, come dice Dioscoride.

Li pomi granati stringono, ma chi più, & chi manco.

Le qualità delli dolci.

Le qualità delli acidi.

Delli nespoli, sorbe, & corgnali.

LI nespoli, come dice Galeno, stringono molto più, che non fanno le sorbe, bisogna mangiarne pochi, & più presto in forma di medicamento, che di cibo, perche si cuociono con difficoltà: della medesima facoltà sono anco li corgnali, eccetto, che sono in credito, che giouino molto a quelli, che sono stati morsicati dal cane rabbioso, come fa ancora il suo legno.

Le qualità delli nespoli.

Le qualità delli corgnali, & del suo legno.

Delli azaroli.

QVESTO *frutto, ilquale appresso Dioscoride, si stima, che fosse il tricocco, si deue riferire al nespolo, è più soaue, & manco astringente, che non è il nespolo.*

Come Dioscoride chiamo lo azarolo, & sue qualità.

Delle oliue.

LE *oliue sono vtili allo stomaco, non perche si cuociano facilmente, come molti credono, ò perche confortino molto lo stomaco, ma perche eccitano l'appetito, altrimente poi stringono il ventre, perche si condiscono; quando ancora sono acerbe, & queste ordinariamente si mangiano, si cuociono con difficoltà, & si fermano vn pezzo nello stomaco, per la qual cosa nocciono a gli occhi, eccitano dolor di testa, & spesse volte ancora sono di nocumento al polmone.*

Per qual causa le oliue siano vtili allo stomaco.

Le qualità, & vtilità delle oliue.

Il danno, che portano le oliue.

Del succo dell'oliue.

L'OGLIO, *il quale è il succo dell'oliue s'attacca tenacemente con la sua lenta, & grossa sostanza a tutte quelle cose, che prima tocca, onde si ferma lungo tempo, doue è prima penetrato, talche se alcuno è onto con oglio, gli pare hauere sopra di se vn vestimento, & vna coperta di più, che non ha, nè l'aria, che lo circonda, lo può estenuare ò digerire, nè manco può così facilmente passare dentro nel corpo, morde gli occhi, se di fuori se gli applica, humetta moderatamente le vlcere, le quali per la troppo siccità si risanano inanti al tempo: quanto più è dolce, tanto più è mitigatiuo del dolore, & humetta li corpi secchi, raffrena le forze delli medicamenti gagliardi, mollifica il ventre, si cuoce con difficoltà, non si distribuisse per il corpo troppo bene, è di poco nutrimento, s'attacca a i membri interiori, non altrimente, che di fuori, per la sua naturale humidità, ma sdrucciola poi, & corre per tutto, & velocemente.*

Le qualità dell'oglio.

Per qual causa le macchie dell'oglio tanto durano.

Nota di quelli, che sono onti d'oglio, gli pare d'hauere vna veste di più adosso.

Danni & vtili, che porta l'oglio.

Dell'arbuto, cioè cirasa seluaggia.

L'ARBVTO *noce allo stomaco, fa granezza di testa, si cuoce male, & in fatti è cibo da contadino.*

Le qualità della cirasa seluaggia.

Delli

Delli cedri, pomi ranci, limoni, & pomi adamo.

Le qualità del cedro, & suoi effetti boni, & cattiui.

IL succo del cedro è difficile da cuocere, la polpa più, & la scorza molto più: quello è freddo, & secco, stringe il ventre, caccia la putredine, smorza il caldo, scode la sete, eccita l'appetito, è però contrario al polmone, & al petto, se non è condito con il Zuccaro e con il mele: la polpa genera succo grosso, & flegmatico, nuoce allo stomaco, gonfia, & se troppo spesso è vsata, causa dolori colici, & non si deue mangiare inanti, ò dopò gli altri cibi, perche impedisse la distributione, nè con essi si può facilmente mescolare, si può senza danno prendere sola, purche sia condita con il Zuccaro, ò con il mele, quando l'huomo ha da fare viaggio, ouero che ha da stare noue, ò dieci hore più ò meno senza mangiare cosa alcuna: percioche poca quantità di essa, presa per bocca, mantiene così bene satollo lo stomaco tutto il giorno, che non lo lascia empire di cattiui humori: & poi passate molte hore, digesta che è, lassa saltare in campo la fame per la cena.

La polpa del cedro non si deue mangiare inanzi, nè dopo, nè insieme con li altri cibi, & perche.

Quando si deue mangiare.

L'vtile, che porta la polpa del cedro.

L'vtile, che porta la scorza del cedro.

La scorza si sà, che produce odore grato della bocca; alcuni v'aggiongono, che se sarà presa moderatamente, gioua contra l'atrabile, & contra la tristezza, che nasce da quel humore, & così presa ancora conforta lo stomaco: ma poi presa in troppa quantità, rende debile la concottione, & che scalda il ventre, se è condita con il mele, che purga l'humore, che si condensa nello stomaco, & che aiuta la concottione.

Li pomi ranci, limoni, & pomi adamo sono simili al cedro, ma di minor virtù.

Gran virtù del succo del limone, beuuto con la maluasia, cõtra li calcoli.

Li pomi ranci, limoni, & pomi adamo hanno le forze simili a quelle del cedro, ma molto inferiori, particolarmente poi si dice, che il succo del limone, beuuto con la maluasia è potentissimo, per fare orinare le pietre.

Delli meligiani.

Qualità, & danni, che porta il meligiano.

LI meligiani, ò melongiani, ò meliinsani generano humor melancolico, causano dolori di testa, quanto più si cuociono appresso al fuoco, tanto più perdono il mal'humore: & se spesso se ne mangia, fanno oppilatione nel fegato, & nella milza, corrompono il colore naturale, & producono vn colore hora pallido, hora quasi negro, si mangiano prima cotti alesso, & poi leuata la scorza, si frigono con l'oglio, ò butiro, & all'vltimo si mangiano con la giunta di sale, & di pepe.

Come si mangiano li meligiani.

Delle

Delle giugiole.

LE giugiole, le quali forse Galeno chiamò serice, dalli speciali sono dette iuiube, nutriscono poco, si cuociono con difficoltà, sono inutili allo stomaco, giouano alli mali del petto, & del polmone, nati da caldo, & di più gli Arabi hanno creduto, che giouino alli diffetti della vesica, & delle reni.

L'vtile, & danno che portano le giugiole.

Del frutto del ginepro.

IL grano del ginepro, il quale è simile in grandezza a quello del mirto, mediocremente scalda, & stringe, (come dice Dioscoride ò qual sia altro scrittore antico, secondo Galeno, è caldo nello terzo, & secco nel primo ordine, quando è acerbo; è nero, & non si può gustare; quando è maturo, si gusta facilmente, & questo gioua allo stomaco, a i diffetti del petto, alla tosse, alle inflammationi, a i dolori di ventre, & alli veneni, prouoca l'orina, gioua alli spasmati, alli crepati, & alle prefocationi matricali; alcuni poi dicono, che Dioscoride ha scritto, che li fragmenti del suo legno beuuti ammazzano gli huomini, ma questo è falso.

Le qualità del ginepro.

Vtili che porta il ginepro.

Nota che alcuni dicono, che li fragmenti suoi amazzano gli huomini ma non è vero.

Delle carobe.

LE fresche, come dice Dioscoride, sono contrarie allo stomaco, soluono il ventre: le secche lo fermano, & sono manco nociue allo stomaco, prouocano l'orina, ma si digeriscono, & si smaltiscono con difficoltà, in somma sono di cattiuo succo.

Le qualità delle carobe: vtili, & dani, che portano.

Del carcioffo.

IL carcioffo si mangia, & crudo, & cotto, dopò pasto; crudo, cioè quando è tenero, ma cotto, quando è duro, fa che la bocca habbia buono odore, eccita l'appetito, fa che il vino sia più saporito, incita l'huomo al coito, si cuoce con difficoltà, non è senza qualche ventosità, causa grauezza di testa, si stima, che prouochi l'orina, genera cattiuo succo, & massime quando è troppo indurato, & Galeno pensa, che generi colera gialla, & nera, li fusti suoi, leuata la scorza, si mangiano

Il carcioffo, si mangia crudo, & cotto, & quando.

L'vtile, che porta il carcioffo.

Li fusti suoi, ò le foglie come si mangiano.

no crudi, le foglie l'inuernata poste sotto terra, si fanno bianche, & perdono l'amarezza, si mangiano l'inuernata crude, & cotte, & tutte hanno quasi la medesima virtù.

Delli fonghi.

Quali sono li fonghi non venenosi.

LI fonghi per la loro similitudine, si possono mettere nel numero delli frutti, quelli poi, che di sua natura non sono venenosi, come sono li brugnoli, stimati da tutti esser sicuri, hanno sapore molto soaue: nondimeno, & questi, & tutti li altri nati nelli oliueti, sono pericolosi: percioche le oliue con la sua vicinanza (come alcuni dicono) sogliono accrescerli la grossezza, & il lentore, & per questo si tritano con difficoltà nello stomaco: onde spesse volte si rendono per le parti da basso intieri, con gli altri escrementi nella forma, quasi, che sono stati presi, nocciono sommamente mangiati in gran quantità, perche s'attaccano ostinatamente con il suo lentore allo stomaco, & così, ò che lo tirano in giù, con il suo gran peso, ò che troppo lo stendono, & gonfiano con il suo flato, & tirano seco a basso anco la bocca dello stomaco; per la qual ritrattione, le fauci si stringono, & da questo ne nasce vna soffocatione, ò quello male, che chiama Hippocrate colera secca, ò almeno stupore, & apoplesia, difficoltà d'orina, frequente respiratione, & mancamento d'animo, & di spirito; finalmente portano nutrimento pituitoso, freddo, & di noiosa qualità al corpo, però poiche sono causa della morte, ò di qualche altro gran male; non solo con il veneno, ma ancora con la sua quantità, & flato, che generano, sarà molto meglio non mangiarli, che poi, che si sono mangiati, hauer di essi tanta paura, & pigliarne tanta melanconia. Ma se alcuno non si potrà contenere, che non ne mangi, colui correrà manco pericolo, se poco prima, che ne pigli, prenderà vn poco di olio, ò butiro, ò qualche altra cosa simile, & tanto sia detto delli frutti, hora passiamo alli semi.

Quando, & per qual causa tutti li fonghi sono venenosi.

In qual modo siano di danno, ancor che non siano venenosi.

Quello, che deue fare l'huomo, che voglia pur mágiare fonghi.

Delli semi.

Come si conosce, che li semi siano pieni di flati.

TVTTI li semi, perche sono generatiui, & insieme inalzano la terra doue sono seminati, & la gonfiano, sono pieni di flati, & benche l'aniso sia molto in vso per risoluere il flato, nondimeno anche esso genera flato (come costa per esperienza) oltre di questo, sono più difficili da cuocere, & più grauano lo stomaco, che non fanno le piante, onde

Che anco l'aniso genera flato.

Come sono graui & difficili da cuocere.

onde nascono, per essere di sostanza più terreste, che esse non sono, li semi, che s'vsano in Roma quasi da tutti, sono questi; cioè amandole, castagne, noci, auellane, pignoli, pistacchi, coriandro, pepe, seme di finocchio, di anisо, di cumino, di meloni, di lupini, tutti li legumi, risо, farro, orzo, & frumento.

Quali sono li semi, che sono in vso a Roma.

Delle mandole.

LE mandole difficilmente si cuociono, eccitano il sonno, grauano il stomaco, prouocano l'orina, danno poco nutrimento: è opinione che se alcuno ne pigliarà ò cinque, ò sei innanzi pasto, non si potrà mai imbriacare, le dolci sono manco potenti, che le amare, si crede però, che le verdi mangiate a pasto con la sua coperta verde racconcino lo stomaco troppo humido: oltre di questo non hanno alcuna forza di stringere, di estenuare, nè di mondificare, come la maggior parte delli scrittori sentono.

Le qualità, & effetti delle mandole.

Le qualità delle mandole verdi.

Delle castagne.

LE castagne si cuociono difficilmente, sono tarde a passare per li meati, gonfiano, fermano il ventre, causano dolore di testa, si crede che giouino a quelli, che hanno lo stomaco humido, & a quelli che sputano il sangue, & che prouochino l'appetito del coito, per essere ventose: le cotte a lesso, ò a rosto, sono manco cattiue, che le crude, si mangiano con manco danno, & anco più sicuramente circa al fine dell'autunno, & per tutta l'inuernata, se però il tempo sarà humido, perche esiccano alquanto, ma poi à pigliarne assai, & spesso, nocciono sommamente.

Le qualità delle castagne.

Quando si deuono mangiare.

Delle noci.

LE noci è difficile a digerire, è inutile allo stomaco, fa dolere la testa, è inimica a quelli, che hanno tosse, se è fresca nuoce manco allo stomaco, perche è più dolce, si cuoce più facilmente che l'auellana; la secca, se prima per vn pezzo sarà posta nell'acqua, sarà quasi come se fosse verde, oltra di ciò la secca mangiata in copia grande, riscalda la lingua, & quasi come se l'vlcerasse, la diuide leggiermente, condita con mele, & con zuccaro, fa il medesmo effetto, che fa la polpa del cedro, condita, come di sopra hò detto.

Le qualità delle noce. Perche la fresca è manco cattiua.

La noce secca posta nell'acqua si fa come verde.

Danni, che porta la noce secca.

Vtili della noce cõdita.

Delle auellane.

Quali sono le auellane migliori.

Danno, che portano le auellane.

LE noci pontiche, ouero auellane, che a Roma si chiamano nociole, se sono lunghe sogliono essere assai migliori, & più soaui, che le ritonde, danno manco nutrimento, che le mandole, si cuociono con difficoltà, sono inimiche allo stomaco, gonfiano il corpo, mangiate in copia, fanno dolere la testa: ma le verdi sono assai manco cattiue, che le secche.

Delli pignoli.

Quali sono li migliori pignoli.

Danno, che portano li pignoli.

L'vtile, che portano li pignoli, secondo alcuni.

LI pignoli freschi sono migliori, che li vecchi, & questi sono di manco danno, se per vn pezzo saranno stati nell'acqua, che se si pigliano cosi secchi, danno nutrimento sì, ma non si cuociono facilmente, se per sorte si fermano troppo nello stomaco, grauano la testa, & li causano dolore. Non voglio hora dire in questo luogo, quello, che è creduto da molti, che ingrassano, che giouano a i polmoni, all'antica tosse, a i vitij delli reni, & della vesica, a quelli, che patiscono sciatica, alli paralitici, alli stupidi, & a quelli, che tremano, & che prouochino l'huomo alle cose veneree, & raccommodino l'humido delli intestini.

Delli pistacchi.

Come li pistacchi siano vtili allo stomaco.

Come siano di danno.

LI pistacchi sono vtili allo stomaco, non perche lo confortino, come alcuni pensano, ma perche quando l'huomo ha'da stare digiuno per vn pezzo, prohibiscono, che lo stomaco non ne sente lesione alcuna, si come poco di sopra hauemo detto della polpa del cedro, & della noce condita: presi in molta copia empiono troppo la testa, nel resto pare, che siano simili alli pignoli.

Del coriandro.

L'vtile, & danno, che porta il coriandro.

Come conserua la carne, che non si corrompa.

Se è secco, non da nutrimento alcuno.

IL coriandro secco è in vso, & è buono allo stomaco, leua li rotti acidi, ferma il ventre: & prouoca il sonno, se è preso dopò pasto, accresce la virtù genitale, ma se è preso in troppa quantità, disturba la mente, con qualche pericolo, fatto in poluere, & posto sopra la carne fresca al tempo dell'estate, prohibisce, che non così presto si corrompe, ma perche preso così secco, non può appena dare nutrimento alcuno, si deue

raccon-

raccontare più presto tra li condimenti, & le specie, che tra li cibi, come è il pepe, l'anisо, finocchio, cumino, & simili altre cose, quando si pigliano, ridotte a tanta siccità.

Del pepe dell'anisо, & del cumino.

DI questi dirò, che il pepe prouoca l'orina, ma offende le reni, scalda, & essicca assai, fa che il feto nel tempo, che è generato nel ventre della madre, sia diffettoso, caua la pituità della testa, alcuni pensano, che leui li dolori, con prouocare il sonno, eccita l'appetito. Del finocchio poi si è detto assai, quando si trattaua della sua herba.

Vtile, & danno, che porta il pepe.

Dell'anisо.

*L'*ANISO *ha virtù di scaldare, & de essiccare, fa che il fiato renda buono odore, è inutile allo stomaco, eccetto se è gonfio, leua il dolore con il sonno, moue l'orina, ferma il flusso bianco delle donne, & quello del ventre, alcuni pensano, che difenda l'huomo dalla sete, & che faccia abondantia di latte, che inciti al coito, & che tirato per il naso, leui il dolor di testa.*

Vtile, & dãno che porta l'anisо.

Del comino.

IL comino prouoca l'orina, risolue tutti li flati, ma più quelli, che sono nello stomaco, beuuto in decotto, causa pallidezza, & posto nelle narici in forma di trocisco, raffrena il flusso del sangue del naso, cura le mamelle gonfie, per il troppo latte congelato, & con l'vsarlo spesso, alcuni pensano, che generi pietre nelle reni. Delli semi di melone hauemo parlato di sopra, quando fu fatta mentione delli meloni.

Vtile, & danno, che porta il comino.

Delli lupini.

IL lupino intenerito nell'acqua, lassa tutta l'amarezza, & a questo modo communemente si mangia, è difficile da cuocere, genera humor grosso, è tardo nel passare per le vene, con difficoltà si smaltisse, fa desiderare il cibo, & rimoue l'inappetentia, & leua la nausea.

Vtile, & dãno, che portano li lupini.

Delli legumi. Cap. 1 X.

Le qualità delli legumi.

Quali sono li legumi, che sono in vso a Roma.

TVTTI li legumi sono flatuosi, come dice Hippocrate, & ciascuno ha il suo diffetto, ne si deuono mangiare, se non con li altri cibi, sotto il nome di legumi in Roma s'intendono faue, ceci, fagioli, piselli, cicerchi, & lentichie.

Delle faue.

Le qualità della faua verde, & secca.

Danno, che porta la faua.

L'vtile, che porta la sua farina cotta.

Quello, che dice Hippocrate, & Galeno della faua.

LA faua fa gonfiare il corpo, ma molto più verde, che secca, & l'vna, & l'altra gonfia più con la scorza, che senza scorza, & quando si cuoce, se la prima acqua si gettarà via, con difficoltà si può superar dallo stomaco, & graua la testa, conturba la mente, produce vani, & trauaglioſi insogni, & genera crudi humori, noce particolarmente a quelli, che patiscono dolori colici, & crepature: la sua farina cotta a lesso gioua all'infiammationi delle mamelle, & a quelle, alle quali il latte si congela dentro: si dice, che con vna certa proprietà raffrena li catarri, che cascano dalla testa al petto, gioua alla espurgatione del petto, & del polmone. Hippocrate ò vn'altro antichißimo Autore ha detto, che stringe, ma Galeno ha detto, che è lenitiua per vna virtù astergente, che è in lei, ma come sia in fatti, l'hauemo dichiarato in quel nostro libro, scritto sopra il mollificare il ventre senza medicamenti.

Delli ceci.

Tre sono le specie delli ceci, & quali.

Vtile & dãno, che portano li ceci.

Come li ceci si deuono mãgiare in mezo gli altri cibi.

LI ceci sono ò bianchi chiamati colombini, ò rossi chiamati di Venere, perche eccitano l'huomo alle cose veneree, quelli della terza specie, sono neri, & più piccoli, detti arietini. Dicono, che li ceci mollificano il ventre, & che prouocano l'orina, fanno abbondantia di latte, ma che poi gonfiano il corpo, si cuociono con difficoltà: non si deuono mangiare, nè innanti, nè dopò pasto, ma in mezo gli altri cibi, li verdi causano cattiuo colore, & fanno il fiato puzzolente, non si troua, che alcun'altro legume sia di maggior nutrimento, & che faccia più netto il polmone, & schiarisca più la voce, hanno maggior virtù asterſiua, che non ha la faua, talmente che rompono le pietre nouamente generate nelle reni, & quelle, che già sono sminuzzate, le cacciano fuori, & questa virtù è più nell'arietino, che in altra sorte di ceci, &

per

per questo il suo brodo noce più alli mali, & alle piaghe della vesica, che brodo d'ogni altro legume. Il bianco è più vtile, che gli altri, perche prouoca il ventre, & l'orina, & da maggior nutrimento.

Quale delli ceci è di più vtile, & come il brodo suo è di danno alle vlcere della vesica.

Delli fagioli.

IL fagiolo fa gonfiare il corpo, come li altri legumi, si cuoce con difficoltà, prouoca l'orina, genera seme, eccita l'huomo al coito, ma fa gli insogni trauagliati, & spauentosi, come fanno le lenticchie, ingrossa il corpo, come dice vn' Autore Arabo, se spesso sarà vsato, causa vertigine, il suo decotto prouoca li mestrui: quando è tenero, & cotto a lesso con la sua coperta, si mangia in luogo d'insalata, si crede, che prouochi il ventre.

Vtile, che porta il fagiolo.

Delli piselli.

DIOSCORIDE non ha scritto cosa alcuna di questo legume, che si sappia, Hippocrate ha detto, che mollifica il ventre, vn' altro Autore, & anco Galeno ha detto, che il suo succo ha vna certa similitudine con la faua, ma però non genera tanta ventosità, come fa la faua, ne manco ha tanta virtù di nettare, & per questo è più tardi a vscire per il ventre: quando è fresco, si mangia da qualch'vno con la sua scorza.

Qualità delli piselli.

Come sono simili alla faua, ma in minor grado.

Della cicerchia.

LA cicerchia passa per le tauole de' poueri solamente, se bene qualche volta s'vsa anco da' ricchi, per qualche strauagante appetito; è in quell'vso, che sono li piselli: alcuni poi antipongono il suo succo a quello delli fagioli, come che sia più potente in nutrire.

Qualità della cicerchia.

Della lenticchia.

L'VSO continuo della lenticchia indebilisce la vista, si cuoce con difficoltà, gonfia lo stomaco, & il ventre, produce grani, & trauaglios insogni, è inimica a i nerui, a i polmoni, & alla testa, se è cotta nell'acqua del mare, & applicata alle mamelle, è buon rimedio contra l'abbondantia del latte, & contra il latte congelato, quella è la meglior da

Danno, che porta la lenticchia.

Vtile, che porta la lenticchia.

Come si conosce la migliore lenticchia.

Di qual tempo è meglio da magnare.

Tarda il corso del sangue.

da mangiare, la quale posta a mollificarsi nell'acqua non vi lassa dentro cosa alcuna di nero, è meglio mangiarla l'inuerno, che la state, tarda il corso delli mestrui nelle donne, prohibisce il coito, & però è molto conueniente a quelli, che vogliono viuere castamente, fa il sangue, che facilmente s'attacca alle parti per le quali passa, & lo rende tardo nel correre, & smorza il suo gran caldo. Finalmente (come molti dicono) cotta a lesso ò con scorza, ò senza scorza, & poi mangiata senza il brodo, sempre ristringe, ma più con la scorza, che senza scorza: ma il succo suo fa poi contrario effetto, percioche è poco, ò assai, che sia cotta, in ogni modo il primo suo brodo mollifica il ventre, & il secondo restringe, & ciò seguita più quando è cotta con la scorza, che senza scorza, & la causa è, perche la scorza, si come mantiene integra la parte interiore, così diffende la virtù, che ha di mollificare il ventre, che non si risolua, si come accade anco nell'orzo, il quale (come dice Hippocrate) se sarà cotto con la scorza, il suo succo purga più gagliardamente, ma se sarà cotto senza scorza, rifrescarà più, ma fermarà il corpo.

Come stringe, & come non stringe.

L'orzo cotto con la scorza, purga più che senza scorza.

Del riso.

Le qualità del riso, & come perde la virtù di restringere.

IL riso ristringe il ventre, nutrisce mediocremente ma questa astrittione si indebolisce, se per tutta vna notte si lassa macerare nell'acqua della semola, si cuoce con difficoltà, ma non con tanta, se si piglia con il latte di vacca, ò di mandole, ò con il brodo grasso della carne: ma poi preso con il latte, si stima, che augumenti il seme.

Come si cuoce perche si digerisca meglio.

Del farro.

Che cosa fosse il farro anticamente.

LI Latini si pensano, che il farro si possa attribuire a tutte le sorti di semi, che nutriscono, ma poiche s'incominciasse ad applicarui vna specie particolare di frumento: tra li Greci alcuni vogliono, che sia il condro, alcuni altri, che sia vn'altra cosa molto differente, ma quello, che sia poi: in verità sin'hora non si è potuto intendere, quello che va ordinariamente in volta, è vna specie di frumento, la qual pare, che sia maggiore, più lunga, & più dura del ordinario, & appresso vi è anco vn'altra differenza, che è manco lento, & più facilmente si sminuzza, che il frumento, & però il farro di questa sorte è più sano, che non è quello, che è fatto dell'altra sorte di frumento, & massime

Qual sia il farro, che hoggidì s'vsa.

Qual è il miglior farro.

sime s'è ben cotto con l'acqua, ò con il buon brodo, come quello, che hauendo vn poco di lentore, congiunto con la facilità di essere sminuzzato, quando è cotto in molto tempo, poiche a questo modo si cuoce benissimo, si fermenta a guisa di farina di frumento, mescolata con pane acido, onde poi è meglio cotto nel ventricolo, percioche si come il lieueto con la sua acidità fa il pane di frumento, più facile da cuocere, così quella friabilità (per modo di dire) ch'è nel farro, mescolata vn pezzo sopra il fuoco con il suo lentore, trittando l'istesso farro, lo rende manco viscoso, & più facile da digerire.

Come il farro si cuoce benissimo.

Dell'orzo.

TVTTI *li Autori hanno detto, che l'orzo rifresca, & netta alquanto, & che poi essicca, & humetta tanto, quanto è congiunto, & separato dall'humido, si come si conosce dalla polenta d'orzo, & dalla orzata, poiche se bene ambidue sono fatte d'orzo, nondimeno quella essicca, & questa humetta. Che poi il nostro orzo sia quello de gli antichi, è cosa chiara, dal detto d'Hippocrate, nel secondo della dieta, dove scriue l'orzo è di natura freddo, & secco, & in esso è vna certa virtù purgatiua, ἀπὸ τοῦ χυλοῦ τοῦ ἀχύρου, per il succo, che si contiene dentro della scorza, che così credo, che mi sarà lecito interpretare in questo luogo, questa parola τοὺ ἀχύρου cosa che si conosce esser vera, per quello, che sottogionge, quando tu vorrai cuocere l'orzo, che non sia purgato, conoscerai da questo segno se è buono, perche poiche sarà cotto con la scorza, purgarà gagliardamente: ma se tu lo cuocerai senza scorza, rifrescarà più, ma fermarà il ventre: quando poi sarà ben cotto tutto l'humore, per il quale purgaua, si consuma per la forza del fuoco, ma la frigidità, & siccità resta: questo dice Hippocrate. Dalle quali parole non solo è manifesto quello, che hauemo detto, ma che ancora li medici della nostra età sono in grande errore, li quali mentre, che vogliono, che l'orzata sia più abstersiua, commandano con gran rigore, che l'orzo sia scorticato, ilquale però è manco absterstuo, quanto più è priuato della sua coperta, & appresso anco sono in grande errore quelli, li quali volendo fare l'orzata nel brodo di pollo, con la virtù absterstua, cuociono prima l'orzo nell'acqua pura, finche si rompa, & poi gettata quell'acqua, vi mettono in suo luogo il brodo di pollo, & non s'auuedono, che la maggior parte della virtù absterstua è andata nella prima acqua, talmente, che quella orzata non solo non è absterstua, ma più presto ristringe il ventre.*

Le qualità dell'orzo.

Differenza tra la polenta, & la ptisana.

Come l'orzo nostro è l'istesso de gli antichi.

Come si conosce, che l'orzo sia buono.

Primo errore delli medici moderni.

Secondo errore.

Del

Del frumento.

Le buone qualità del pane de frumento.

HAVENDO *noi detto assai dell'orzo, è tempo di trattare del frumento, la cui facoltà è conosciuta da tutti, dirò solo, che il pane di frumento ben leuato, è il più appropriato cibo, che possa hauere l'huomo di tutti gli altri, come quello, che non gonfia lo stomaco, fa il corpo agile, empie piacenolmente, leua la fastidiosa satietà, caccia fuori dello stomaco la flegma viscosa, grossa, & cruda, nutrisce pian*

Perche non gõfia.

piano, & piace più spesso, che tutti li altri nutrimenti. Non gonfia, perche distende il ventricolo, non con generare alcuno flato, ma con la sua propria sostanza, distesa in magiore ampiezza, percioche congiunto con l'humido, come se si slargasse, & si distendesse, inalza le parti del ventricolo, altrimente di quello, che fa il pane d'orzo, li legumi, li frutti, li pesci, le carne de gli animali terrestri, & simili altre cose, anzi tutti gli altri cibi, che per ordinario si mangiano, se la pienezza è vguale, grauano molto più, che non fa il pane di frumento: per-

Come gli altri cibi cascano in se stessi, cosa che nõ fa il pane, che più presto si scarga.

cioche essendo mangiati in grande quantità, cascano poi in se stessi, & fanno la mole minore, & per questo poi ristringono lo stomaco, come saranno verbi gratia, cinquanta sighi mangiati, & simili cose. Il contrario fa il pane, il quale mangiato in poca quantità, presto s'inalza, & si distende in maggior ampiezza, come hauemo detto, cosa che si può vedere ogni giorno, se si mette, ò nell'acqua, ò nel brodo, perche subito si slarga, & si ingrandisce in gran mole, in modo, che non deue essere marauiglia, se hauendo preso maggior quantità di pane, che di carne, diuentiamo più leggieri, che se pigliassimo più carne, che pane, & si come siamo più graui innanti il cibo, che poi, che hauemo mangiato, & si come il mantice è più graue vacuo di aria, che quando è pieno, così noi quando siamo cibati di pane di frumento, purche que-

Per qual causa l'huomo si fa più leggiero per hauer mangiato più pane, che carne.

sto si faccia con modo, sempre diuentaremo più agili, che per pigliare carne, ò frutti, ò altri simili cibi. Percioche il pane fa inalzare lo stomaco, & le altre cose lo fanno cascare in se stesso, talche l'eleuatione delle parti, causa leggierezza, & il cascare suo causa grauezza, però il mangiare più pane di frumento, non solo non gonfia, nè graua, ma rende il corpo più agile, purche però vi sia la debita misura, & proportione, & a questo modo, perche empie piacenolmente, prohibisce la

In qual modo prohibisse la satietà.

satietà fastidiosa, per la quale l'huomo corre spesso maggiori pericoli, che non fa alcuno altro animale, quando si nutrisce di altri cibi, che di

pane,

pane, ò che mangia manco pane, che ogn'altra cosa, percioche la pienezza, che si fa con il pane bene fermentato, si vince con più facilità (& dichino gli altri cioche vogliono) che quella, che si fa con altri cibi ancorche hauessero la istessa solidità, atteso che questa ha bisogno di molto più cibi, & di maggior quantità, considerando la mole dell'vna, & dell'altra pienezza, doue, che quella, che si fa con il pane, richiede molto minor quantità, rispetto alla mole, che non ha l'altra. Percioche per empire lo stomaco presto, cosa che è desiderata sopra tutte le altre cose, basta manco portione di pane, che d'ogni altra cosa, purche non sia liquida, poiche vna libra sola di pane stende, & satia meglio, & più commodamente lo stomaco, che non faranno due libre di carne, ò d'altro cibo. Ne occorre proponere in contrario il volgare prouerbio, che da ogn'vno è allegato, che tutte le pienezze sono cattiue, ma quella del pane è pessima, perche non è vera, ne manco si trouerà scritta in alcuno autore, degno di fede, ma credo, che sia vno commento fatto per raffrenare l'auidità dello stomaco, il quale per hauer sempre commodità di pane, che tanto piace, può spesso empirsi tanto, che può anco facilmente cascare in pericolose infirmità, & finalmente nella morte.

La pienezza del buon pane si vince più facilmente, che quella de gli altri cibi.

Per empir lo stomaco bene, basta manco quãtità di pane, in quanto al peso, che d'altri cibi.

Come il prouerbio è fallo, che tutte le pienezze sono cattiue, ma quella del pane è pessima.

Come è stato introdotto quel prouerbio.

Alcuni vogliono, che questa fosse sentenza d'Auicenna, ma non l'hò ritrouata in alcuno de' suoi libri, che habbia letto: percioche non è dubbio, che la pienezza delli fonghi, di quello pesce detto tinca, delli ramoracchi (come noi hauemo visto in vno) è molto peggior, che quella del pane: ma se pure alcuno per hauer patito vna lunga fame, & satiato appieno di pane, quasi in vn subito è morto, questo non si deue attribuire al pane, ma alla gran pienezza: perche il medesimo suole accadere sempre, anzi peggio per li altri cibi, purche siano sodi di sostanza, & perche la natura richiede, che il ventricolo sia prima ampio, & capace, accioche in esso si possa riponere il cibo, come nella dispensa di tutto il corpo, & poi perpetuamente pieno, tanto quanto però può essere, accioche trouando sempre il nutrimento in pronto, come fanno le piante, che si nutriscono di continuo dell'humore, che tirano dalla terra, l'animale non si morisse di fame, per difetto del nutrimento: il pane tra tutti gli altri cibi fa commodissimamente questo effetto, come quello (purche però non se ne mangi troppo) che empie il ventricolo, & presto, & senza molestia, & impedisse, che l'huomo non si satolli con fastidio, come quello, il quale hauendo già disteso, & ampliato lo stomaco, con la sua giusta quantità, & diuertendo la natura dal nouo desiderio di empirsi, non lassa ricercare, ne riceuere alcuno altro nouo cibo.

Come può vno morire hauendo mangiato molto pane.

Come il ventricolo sempre dourà essere disteso, & pieno, & perche.

Come il pane fa l'vno & l'altro effetto.

Vn'altra vtilità del pane.

Oltra di questo è causa di vn'altra vtilità, che poiche è bene liquefatto, mescolandosi con la pituità, & con gli humori crudi, che quasi sempre si trouano in molta copia nel fondo dello stomaco (essendo di sua natura facile à mescolarsi con l'humido, & a risoluersi dall'humido) nel

Come il pane mena seco a gl'intestini gli humori superflui, che troua nel ventricolo.

scendere, che fa dallo stomaco, con il suo lentore, mena seco quelli humori a gli intestini, & si come ogni giorno va abbasso, così ogni giorno netta lo stomaco, cosa, che suole accadere a pochissimi altri cibi, & benche li pesci siano compositi di molto lentore, nondimeno perche cascano dalla sua mole, in se stessi, nello stomaco, & si condensano prima, che siano liquefatti, & mescolati con gli altri humori, quando quasi separati da gli altri, vanno abbasso, non tirano, (si può dire) cosa alcuna

Come si conosce, che li pessi nõ possono fare questo effetto.

seco, nè manco nettano, & questo si conosce esser verò, per li molti sputi viscosi, che fanno quelli, che hanno mangiato pesci, & che non fanno molto essercitio, perche essendo quello succo lento, non molto facile a mescolarsi con altri humori, & lassato solo in vno corpo otioso, si conuerte in sputi, ò in catarro, & questo medesimo accade del cascio, & d'altri

Come li pessi si cõuertono in sputo, & in catarro.

cibi simili, quando l'huomo fa ò poco, ò nissuno essercitio. Nutrisce

Come il pane nutrisse piaceuolmẽte.

poi piacevolmente, perche quando ha empito lo stomaco, quanto basta, le vene non tirano da lui più succo, di quello, che la natura possa digerire, cosa che non accade a gli altri cibi, ò per essere troppo asciutti, come sono le cose arefatte, persichi, & pomi: ouero troppo humidi, come l'vua fresca, & tutti questi, oltre, che empiono, & grauano troppo lo stomaco, quelle danno pochissimo succo al corpo, & queste troppo, l'vna, & l'altra poi alungo andare portano gran lesione, & sono causa di molti mali, quelli per il poco nutrimento, & questi per il troppo, cosa, che non accade al pane, preso, ò per se solo, ò con altri cibi, come quasi sempre accade, quando lo stomaco è pieno nel modo che si deue naturalmente empire, perche sumministra il succo per nutrimento del corpo non superfluo, ma tanto, che basta, & caccia fuora quella qnantità di sterco, che s'aspetta dalla sua proportione, come si vede chiaro con

Come li contadini sono sani & robusti, ancor che non mangino altro che pane.

l'esempio delli contadini, li quali con il mangiare solamente pane, & beuere acqua, sempre sono agili, robusti, & sani, purche non gli intervenga qualche altro accidente, & di più rendono per il ventre gran copia d'escrementi.

Per qual causa il pane piace più, che gli altri cibi.

Da questo si conosce la causa, perche il pane piace più, & più spesso che gli altri cibi, perche essendo noi pericolosi di amalarsi così spesso, per la gran pienezza, (come già hauemo detto) se si seruiremo del pane con misura, dalche si può sperare, che potrà nocere ò poco, ò niente,

te,

te, ogn'vno conoscerà, che non solo non douemo aborrire il pane, ma più presto abbracciarlo, & desiderarlo: & per questo ne deue piacere più spesso, come quello, che dilatandosi facilmente in vna gran mole, & distendendo presto lo stomaco non lo lassa poi empire di cibi più graui, eccetto però se l'huomo, ò non hauerà buona cura al fatto suo, ò pure volendosi satiare delli suoi appetiti, sarà deliberato, che così sia. Oltre di questo dando di se poco succo, il quale poi non permette, che le vene si riempino troppo, rare volte può essere causa di molta satietà. E' vero, che il pane dispiace alle volte, ma questo accade, quando nello stomaco non ci è alcuno humore, nel quale si possa distemperare, come si vede nella maggior parte di quelli, che hanno la febre, ò c'hanno mangiato troppo, che fanno li rotti puzzolenti, ò che hanno la bocca amara, ò molto asciutta, ò che finalmente hanno gran sete, ò che sentono gran caldo per tutto il corpo, ò almeno nello stomaco. Il pan caldo poi, perche tira a se con il caldo, l'humore, & lo essicca, stringe il ventre, causa sete, gonfia il corpo, & satolla presto: ma il vecchio, perche è essiccato, non stringe manco dell'altro: talche il fresco è più sano dell'vno, & dell'altro, perche mollifica quasi gli intestini con empirli così piacenolmente.

Come il pane in se nutrisse poco, & l'vtile, che di cio ne seguita.

In qual modo alle volte il pane dispiace.

Il danno, che porta il pane caldo.

Il danno, che porta il pane fecco.

De gli animali acquatici, & massime delli pesci. Cap. X.

ESSENDO *noi gionti al fine del trattato de gli alimenti, che si pigliano dalle piante, è cosa conueniente passare a quello, che si piglia dalli animali: ma trattaremo prima de gli acquatici, perche sono più simili alle piante, poi delli terrestri, con li quali metteremo ancora gli vccelli.*

Per qual causa si parla prima delli animali acquatici.

Et prima bisogna sapere, che sotto il nome d'animali acquatici, noi intendemo, non solo li pesci, & gli animali, che viuono solamente nell'acqua, ma anco quelli, che in diuersi tempi viuono, parte nell'acqua, & parte in terra, come sono le lumaghe, & le tartarughe, & altri simili.

Quali animali si comprendono sotto gli acquatici.

E' anco da sapere, che quasi tutti gli animali acquatici, sono composti d'vna sostanza lenta, & humida, humida per l'acqua, nella quale stanno continuamente, lenta poi per la parte oglioſa, & grassa, che necessariamente si troua in tutti gli animali, altrimente apena si potria-

Gli animali acquatici, sono composti d'vna sostanza lenta, & humida, & per qual causa. L'vtile che segurta dalla parte lenta.

no piegare. Ma quelli, che hanno in se lentore assai, si cuociono difficilmente nel ventre, s'attaccano troppo allo stomaco, inducono fastidio, nociono a quelli, che patiscono dolori colici, offendono la testa, & minacciano strangolamento, come fanno li fonghi. Quelli, che hanno il corpo stittico sono soggetti ad vna grande, & nascosta putrefattione, come accade a quelli, che mangiano anguille, & tinche, percioche, poiche si sono putrefatte nel ventre, sogliono produrre euidentemente ad alcuni vesiche, & vlcere nella bocca, ne' labri, & nelle nari, & il medesimo fanno nascostamente dentro nel ventre: ad altri poi, con il suo grande calore, sogliono mouere vno fastidiosissimo catarro alle giunture. Oltre di questo sono molto pericolosi l'estate, quando fa gran caldo: percioche per il beuere assai, in quel tempo la loro lenta sostanza passa fuori di misura a tutto il corpo, insieme con quella beuanda, & co'l mescolarsi con gli altri humori, si compone vn succo crudo, & contumace, & difficile da cuocere: dalche poi, ne suole seguire gran indigestione, & vna longa, & ostinata stracchezza.

Il danno, che seguita dalli pesci, che hanno troppo lentore in se.

Nota le vlcere, & le vesiche, che nascono in quelli, che mangiano simili pesci.

Nota il catarro per il suo calore.

Il danno, che portano l'estate per il beuere assai.

Nota la stracchezza, che nasce per tal causa.

Questi pesci adunque, & altri simili, quando dopò, che sono morti cascano subito in se stessi, si come anco nello stomaco occupano manco luogo, così se ne mangia in maggior quantità, onde ne nasce poi satietà, & sete.

Per qual causa si mangia maggior quantità di pesce, che d'altri cibi.

Questi anco perche s'attaccano più nello stomaco, con il suo gran lentore, & iui più lungo tempo si ritengono, stringono il ventre, per la qual cosa suole spesso accadere, che vno humore viscoso, copioso, & lento passa per il meato dello stomaco alla bocca, nel modo quasi come se fosse con nausea, ò vomito, & iui scontrandosi con la laringe, casca di nuouo, parte nella trachea arteria, & moue vna gran tosse, parte andando alto, empie la testa, cosa, che accade più facilmente, quando l'huomo è disteso nel letto, & da quì ne nascono nuoui catarri, che cascano alli membri inferiori.

Nota vno stranagante effetto, che fanno questi humori lenti, & viscosi nelli membri naturali.

Ne è vero quello, che si dicè delli pesci, cioè, che si cuociono facilmente, perche facilmente si corrompono, ma più presto è l'opposito, cioè, che quelle cose, che facilmente si cuociono, facilmente anco si corrompono, ne manco è vero, che se presto, si corrompono, fermino il ventre con il suo lentore, perche se bene perdono il lentore, per la putredine, che seguita, (come in effetto perdono) si come per la putredine, nella quale incorrono, acquistano l'acrimonia, che sempre prouoca il ventre; così è necessario, che anco più facilmente facciano lubricare il ventre.

Che quelle cose, che facilmente si cuociono, facilmẽte si corrompono.

Come li pesci non fermano il vẽtre, se bene perdono il lẽtore per la putredine, ma lo lubricano per l'acrimonia, che acquistano dalla putredine.

Tra li pesci, s'ha da fare elettione di quelli, che sono più friabili, & c'han-

& c'hanno in se poco lentore: & di tali, quelli del Mare hanno il primo luogo: & il secondo è di quelli de i fiumi: il terzo è di quelli de' laghi; per la medesima ragione tra li pesci d'vna medesima specie, sono migliori quelli, che stanno nel mare, & poi nelli fiumi, & poi ne' laghi, & così quelli, che più frequentano il mare, & poi li fiumi, & poi li laghi. Filotimo ha detto, che li pesci, c'hanno la carne dura, si cuocino con maggior difficoltà, che quelli, che l'hanno molle.

La qualità delli migliori pesci, quali sono migliori nel primo, secondo, & terzo grado.

Doue si trouino li migliori pesci.

Tanto li piccoli, quanto li grandi sono sempre migliori, quando caminano, & corrono per l'acqua, ò salsa, ò dolce, purche sia pura, & che si muoua per li sassi, li quali ò siano come promontori nel mare, doue si trouano quelli pesci, che si chiamano sassatili, ò siano semplici pietre, ò in mare, ò in acqua dolce, sempre sono buoni, & sani.

Per il contrario, quelli sono peggiori, i quali posti a l'aria si corrompono più facilmente, parimente quelli, che stanno nell'acque ferme, & quiete più, che quelli, che stanno nell'acque che corrono, ò che almeno si mouono con qualche strepito: & di più, quelli, si corrompono, prima, che si cuociano nello stomaco.

Li pesci, che posti a l'aria, presto si corrompono, sono cattiui, così fanno anco quelli, che viuono nelle acque ferme.

Quelli poi, che presto si corrompono, perche sono troppo humidi, danno nutrimento facile di risoluere, & insieme humido, & acquoso.

E' anco cosa conueniente a sapere, che quasi tutti li pesci grandi sono più duri da cuocere, che non sono li piccoli, purche siano della medesima specie, & che non siano molto molli, & quelli, che s'arrostiscono, sono più difficili, che quelli cotti a lesso, & peggiori di tutti sono li fritti nell'oglio.

Li pesci grandi sono più duri, che li piccoli, pur che siano della medesima specie, & non siano molto molli.

Qual cottura conuiene alli pesci.

Sono alcuni, che dicono, che li pesci giouano a quelli, c'hanno la complessione calda, & secca, & massime all'estate, & che l'inuernata nocciono infinitamente alli flegmatici: ma saria stato cosa più sicura, se costoro hauessero detto, che li pesci giouano a quelli, che non solo qualche volta, ma spesso, & in ogni luogo se li sono trouati vtili, & per il contrario, nuocere nelle contrarie qualità. Ma perche nella elettione de' cibi, gli huomini ordinariamente mangiano quelle cose, che si possono prouare senza pericolo, non se ne potrà mai trouare maggior certezza, che il senso istesso del corpo (come dice Hippocrate:) finalmente quelli, che per la lunga consuetudine hanno ferma esperienza delli pesci domestici, non sarà bisogno per la cognitione loro seruirsi delle regole dette di sopra, ma quelli che non sono soliti a tal sorte di pesci, ò perche non li habbiano mai visti, se bene sono del paese, ò perche siano venuti di nuouo a Roma da altre parti, gli sarà vtile considerare tutte

A quali nocciono li pesci l'inuerno, & l'estate.

La certezza delli cibi si caua dal senso del corpo.

Quando le regole generali non seruono.

Quello, che hanno a fare quelli, che di nuouo sono venuti a Roma per conoscere li pesci.

queste

queste cose, che hauemo detto, prima che si imaginino di conoscerne alcuna con la propria esperienza.

Delli pesci del Mare.

Dello storione. Cap. xi.

Lo storione si crede, che sia il siluro.

Porcelletta è lo storione piccolo, è piu stimato, che ogn'altra sorte di pesse.

Le qualità dello sturione.

E' megliore frollo, che fresco.

Di qual tempo, & in qual parte è megliore, a quali psone sia più conueniente.

Il bianco sapore si deue mangiare cõ lo storione.

TRA li pesci, che si sogliono mangiare a Roma, è lo storione, il quale quando è grande, si chiama propriamente storione, ma quando è piccolo, chiamasi porcelletta, l'vno, & l'altro, si crede, che sia il siluro, è in maggior stima, che qual si voglia altro pesce, perche sommamente piace alla gola, & per il sapore, & per la grassezza, genera vno succo grosso, & lento, ha la carne dura, & viscosa, & con difficoltà si cuoce, ma quanto più è fresco, è tanto più difficile da cuocere: quando è frollo, è molto megliore, nel mezo dell'estate la testa, & la pancia piaciono assai, è cibo più conueniente alli robusti, & che fanno grande essercitio, che a quelli, che stanno in ocio, & che hanno lo stomaco debile: prima dunque che si metta in tauola, deue essere ben frollo, & cotto con diligenza, & poi se sarà cotto a lesso, si deue mangiare con il bianco sapore, a chi però piace tal cibo.

Dell'ombrina.

L'ombrina è simile allo storione.

In qual tempo è grassa.

Qual parte è megliore.

A quali persone è di danno, come si cuoce, & con qual cibo si mangia.

L'OMBRINA, la quale si dice anco ombra, ha dura la carne, come lo storione, ne però si cuoce con tanta difficoltà; s'ingrassa principalmente nelli giorni caniculari: tra le sue parti, la pancia, & la testa sono le più lodate, suole dare trauaglio alli stomachi deboli, è stimata soaue cibo, quando è cotta a lesso, & si mangia con il bianco sapore, ouero pertusata con li garofani, se si arrostisse nello spedo; & in tanto, che cuoce si bagna con l'oglio, & con l'agresto.

Del tonno.

Il tonno quando è piecolo si chiama pelamide, quãdo è grãde tonno.

Per qual causa l'estate sia peggiore.

IL tonno si diuide da alcuno in varie, & diuerse differenze: Volgarmente però quando è assai cresciuto, & c'hà più di sei mesi, si chiama tonnina, ma prima si chiama pelamide, l'estate è peggiore, perche dicono, che è molto trauagliato da quello animale piccolo, chiamato

mato tafano, ma circa all'equinottio dell'autunno è meglior perche è libero da quello male: la sua carne fresca circa la parte del ventre, & in particolare appresso l'ombilico, è molto grata al gusto: ma poi è nemica a quelli, che hanno lo stomaco debole, & suole causare nausea; quella parte poi, che è intorno alla schena, & alla coda, si come manco piace, così manco noce, forse anco così accade, perche di questo se ne mangia manco, di quello se ne suole mangiare in maggior quantità: la carne sua è dura, & graue, & si cuoce con difficoltà, il pelamide è manco nociuo, ma questo (come alcuni vogliono) moue particolarmente l'orina. Il tonno fresco si diuide in pezzi, & si conserua con il sale, & poi si arrostisse nello spedo, coprendolo spesso con poluere di coriandro, & in tanto che cuoce, si sbruffa continuamente d'oglio, & d'aceto, con vn ramo di finocchio, ò di rosmarino.

In qual parte è migliore, a quali questa parte è di danno.
Qual parte nuoce manco.
La qualità della sua carne.
Il pelamide, è manco cattiuo, & pronoca l'orina.
Come il tonno si concia, & come si cuoce.

Del miluo ἱέραξ, cioè capone.

HA la carne molto dura, & senza sapore, & in fatti è più presto da riguardare, che da mangiare.

La qualità del pesce capone.

Della rondine χελιδών.

SI vede di raro a Roma, non piace molto al gusto, ha la carne dura, non si cuoce facilmente, è però questo pesce manco cattiuo da mangiare, che non è il miluo.

La qualità del pesce rondine.

Del coruo κορακῖνος, cioè vn pesce capone.

L'ESTATE spesso si prende, ha la carne dura, non è lodato da quelli, che attendono alle delicatezze della gola, è bianco, & nero, ma il bianco è migliore. Non è ancora ben conosciuto con l'esperienza, che gioui alli paralitici (come alcuno si pensa) così ancora se quella pietra piccola trouata nel suo capo, & attaccata al collo delli putti, li risana del trabocco del fiele.

La qualità del pesce capone.
E' di due sorti, & quale è migliore.

D'vn'altro pesce capone.

ALCVNI lo chiamano cuculo, in Greco κόκκυξ, da alcuni è stimato, che sia ò il citaro, ò certa specie di mullo, quelche si sia si chia-

La qualità di questo pesce capone.

si chiama volgarmente capone, il quale hà la carne bianca, ferma, & friabile, & è superato da pochi pesci in bontà di cibo, è però manco saporito che sano.

Del pesce corneto, in Greco detto κόραξ, Latinamente coruo.

Come è simile al primo pesce capone.

QVESTO *è tanto simile al primo capone, che pare, che sia l'istesso in ogni cosa.*

Del pesce forca, il quale da alcuni si chiama capone, ma in Greco, & in Latino lyra, volgarmente forca.

La qualità del pesce forca.

QVESTO *si troua in ogni luogo, hà la carne alquanto più dura, di quella del miluo, poco fa detto, per questo non è molto desiderato, anzi s'ha quasi da tralasciare, come quella del miluo.*

Del lupo, cioè della spigola.

La qualità della spigola.

Quando è migliore.

LA *spigola la quale da Greci si dice λάβραξ, da Latini lupus, si crede, che sia di succo sottile, è posta tra pesci sani, se è presa l'inuernata, & massime nel mese di Gennaro, dicono che ha il sapore soauissimo.*

Del cefalo.

Quale sia il cefalo.

Quale è il buono cefalo, & quale il cattiuo.

Come il grasso del cefalo è nimico a l'huomo.

IL *cefalo è posto tra le specie del mugile, quello che si ferma nè stagni, & ne' fiumi, come dice Hippocrate è graue, & cattiuo, ma quello che sta nel mare, è molto grato al gusto, onde per questo mangiandosene assai, produce spesso dolore di testa: la sua grassezza è inimicissima a l'huomo, come dice l'istesso Hippocrate.*

Dell'orata in Greco σχροφιος.

Qualità dell'orata doue si piglia la più buona, & la manco buona.

QVESTA *si crede che sia di assai buon' succo, ma però si cuoce con difficultà, quella che viene da Taranto, è stimata la meglior,*

glior, ma non così quella, che si vede a Roma, l'estate si piglia di raro, ma l'inuerno più spesso, quella è meglior mercato, questa è poi migliore. Quando è meglio &c.

Del dentale in Greco ὑρόδων.

MOLTI credono, che questo sia vn' saporito pesce. Nicesio ha detto che da copioso nutrimento, ma la parte carnosa più, & la grassa manco, & che stringe moderatamente, & che con difficoltà si smaltisse. Qualità del dentale. Qual parte è meglio.

Del frauolino.

E' CHIAMATO dalli Latini rubellio, dai Greci ἐρύθρινος: tra quelli, che si arrostiscono è stimato il più eletto, perche è grato al gusto, ne è molesto allo stomacho, come che si possa concedere anco a quelli che hanno la febre, come alcuni pensano, poi che non ha alcuna soprabondantia di humor lento. E' commune opinione, che quando passa la grandezza d'vno piede, & mezo, si muta nel pesce dentale. Nicesio vuole, che nella primauera, sia il più eletto, Archestrato nel nascere della canicula, ma a Roma si stima meglior l'inuernata. A fare che questo pesce sia saporitissimo, li leccardi mettono tre conditioni che sia fresco, fritto, & freddo, con patto però che con il metterui sopra il succo del mel rancio, & vn' poco di pepe, la sua carne s'immorbidisca, & si faccia più saporita. Qualità buone del frauolino. Non ha molto sentore: quando'il frauolino diuenta in dentale. Quando è meglio. Tre conditioni acciochè il frauolino sia buono. Come s'acconcia il frauolino.

Del salpa.

QVESTO è ignobile pesce, & plebeo, & da alcuni è chiamato sporco, il quale se non è ben battuto da vna bacchetta à penna si può cuocere, l'estate è meglior, se pure ha in se qualche cosa di buono, si cuoce con difficoltà nello stomaco, (come dicono quasi tutti) & genera se non cattiuo succo, & benche sia dipinto con tanta manifatura, & eleganza dalla natura, la quale dal principio della schena, fino alla coda, l'ha ornato di certe linee dorate, & rosse, distinte con certi interualli, & che passano per li fianchi, bianchi, come argento, nondimeno è rifutato nelle tauole de' ricchi, come bugiardo, & senza sapore. Come questo pesce si prepari acciochè si cuocia. Di qual tempo è meglior, & le sue qualità. Bellezze di questo pesce. Come è cattiuo pesce.

Del ſargone.

Differenza tra il ſargone, & l'orata.

IL *ſargone, ancorche ſia ſimile a l'orata, ha però la ſchena molto più inarcata, & il ventre più eminente: ſecondo Niceſio è antipoſto all'occhiata di bontà di ſucco, & di ſoauità di ſapore: oltra di ciò*

Qualità del ſargone.

è più aſtrittiuo, & di più nutrimento che l'occhiata, è meglior l'autunno, & l'inuernata, ha la carne dura, & difficilmente ſi cuoce.

Dell'occhiata.

L'occhiata quãdo è manco cattiua, & doue ſi truoui.

L'OCCHIATA *detto in Greco μιλάνυρος, perche ha la coda nera: è inferiore al ſargo, come hauemo detto; l'inuernata, & l'autunno è manco cattiua, a Napoli ſi vede ſpeſſo, a Roma rare volte.*

Del Mullo in Greco Τρίγλα.

Le qualità della triglia.

QVESTO *peſce ſi chiama triglia dal nome Greco, eſſendo inuecchiato il nome Latino: ſecondo Galeno ha la carne boniſsima ſopra tutti gli altri ſimili a lui, molto friabile, ſenza lentore, & graſſezza, onde ſi può mettere tra li cibi accommodati alla natura humana:*

Per qual cauſa la triglia grande nõ è buona.

quanto è maggiore, tanto manco è buono, sì perche ha la carne poco ſoaue, & dura, come molti dicono, sì ancho perche quando è fatto grande, mangia facilmente, & preſto il lepre marino, il quale è ve-

Il danno che porta la triglia.

neneſo all'huomo: ſe ſpeſſo ſe ne mangia, ſi crede che debiliti la viſta, & che ſia inutile alli nerui.

Della laccia.

Differenza che è tra la laccia del mare, & quella del Teuere.

ALCVNI *Latini la chiamano Aloſa, alcuni Greci* Ὄφιωνα, *quella che naſce nel mare, è magra eſtenuata, & ſenza ſapore, quella poi che entra nel Teuere, in pochi giorni ſi fa tenera, & ſaporita,*

E molto copioſa di ſpine Quãdo ſi prende.

perche preſto s'ingraſſa, & ſaria di gran guſto, ſe non haueſſe tanta copia di picciole ſpine, le quali paſſano per tutta la ſua carne: ſi vede rare volte, eccetto che ſi prende la primauerra, nel qual tempo ſe ne mangia in copia, perche quando è freſca, è molto ſaporita queſto: ha poi

Li diffetti della laccia.

di danno, che attaccandoſi troppo alle tuniche dello ſtomaco, con la ſua viſcoſa, & molta ſoſtanza, & iui lungo tempo fermandoſi (come

accade

accade anco de gli altri pesci) ò che accresse la sete con gran molestia, ò che fa dormire troppo fuori di tempo.

Del suaro.

QVESTO *pesce veramente non è suaro, ma tracuro (secondo alcuni) ha la carne dura, & per questo si cuoce con difficoltà, & genera humore grosso, rare volte eccede la grandezza d'vn piede, & si suole pigliare d'ogni tempo dell'anno.*

Le qualità del suaro.

Grandezza sua, & di qual tempo si piglia.

Della tarantola.

QVESTO *pesce si crede, che sia il sauro detto in Greco σαυρός, ò σαυρίς, se così è, ha la carne mediocre nella tenerezza, & nella durezza, come dice Galeno, ma si troua di raro.*

Qual pesce sia la tarantola, & le qualità sue.

Dello scombro, cioè macarello.

LI *nostri quà lo chiamano macarello, Venetiani scombro, nella primauera s'ingrassa, & s'intenerisse: in questo tempo si può mettere tra li più delicati pesci, ne gli altri tempi poi, è del tutto sprezzato, per la sua natural siccità, perche ha la carne assai dura, & senza humore, non cresce quasi mai alla grandezza d'vno gombito, alcuni lo lodano più quando è minore di questa grandezza.*

In qual tempo questo pesce è migliore.

Quanto si fa grande questo pesce.

Del merluzzo.

LI *Genouesi chiamano questo pesce propriamente asello, Romani scarmo, & Merluzzo: nel mezo dell'estate, come alcuni scriuono, sta nascosto sessanta giorni, anticamente era posto tra i più nobili pesci, ma perche adesso si nutrisse hora di buono, hora di cattiuo cibo, (come dicono) se sarà molto tenero, & grasso, sarà poco stimato: ma se la sua carne sarà di qualità mediocre, si stimarà assai più.*

Come questo pesce si chiama a Genoua, & a Roma.

Quando sta nascosto per sessanta giorni.

Per qual causa hora è poco stimato.

Del merlo, del tordo, della menchia di Re, ò donzella, del perchia, del fuco, & dello scaro.

LA *merula si chiama dal vulgo merlo, il tordo è di due sorti, cioè minore, & maggiore, il maggiore anco è di due sorti, l'vno si chia-*

ma verdone, l'altro è rosso, si potria dire rossone ma sin'hora non gli è stato posto alcũ nome volgare: la Iulia ouero Iulis, a Roma, & a Napoli ha vn brutto nome, cioè menchia del Re. Perca si dice percia, Phuca, ouero ficis confusamente. anco si dice volgarmente: lo scaro si lassa da canto,

Al tempo antico questi pesci erano stimati.

perche ancor non si sà, che cosa sia. Questi pesci erano anticamente in grandissimo prezzo, come quelli, che furno posti da Galeno nel numero de' pesci sassatili, & che il nutrimento, che danno non solo è facile da digerire, ma è sanissimo a i corpi humani. A i tempi nostri il

Hora il fatto non è più così.

fatto non è più in quel modo, perche manifestamente sono inferiori a gli altri pesci, & di bontà di carne, & di sapore, & sono assai peggiori di se stessi, da quello, che erano prima.

Della boca, cioè menola.

ALCVNI dicono, che questo pesce più presto si doueria chiamare boopa, che boca, perche ha gli occhi molto grandi, è di natura fecondissimo, & se ne suol prendere assai insieme, & preso

Come si cuoce questo pesce, & come poi si conserua.

che è, si cuoce a mezo, & si condisse con l'oglio, con l'aceto, & con il mirto, con li quali si conserua, & poi si mette ne i canestri, & così si manda dalli mercanti in diuersi paesi: è pesce vile, & di prezzo, & di

Le qualità di questo pesce.

bontà, non solo nel succo, ma anco nella carne.

Del gobio, cioè gò.

Quanto questo pesce sia grande.

IL gobio si chiama a Venetia gò. In Roma non ha ancora acquistato alcun nome proprio, perchè rare volte si vede, nella grandezza non eccede mezo piede, quello, che viue nelle riue arenose, & nelli promontorij sassosi, secondo Galeno, è perfettissimo per essere soaue, facile

Quale è il bono.

da cuocere, & da distribuire, & anco di bontà di succo: ma quello, che sta nella bocca delli fiumi, & nelli stagni, così dolci, come salsi, non

Quale è il cattiuo.

è così dilettenole, nè di buon succo, nè così facile ad essere cotto.

Della frittura.

TVTTI questi pesci, quando sono ancora più piccoli della sua natural grandezza, si vendono sotto nome di frittura, la quale

Qual sia la frittura, & di quante sorti di pesci si compona.

è vna compositione di molte sorti di pesci, che per la loro piccolezza, si frigono nell'oglio, si come sono le piccole triglie, boche, scombri,

tracuri,

tracuri, pagri, orate, & per questo con una voce, si chiamano volgarmente frittura.

Della sarda pesce S. Pietro, sardone, sperone, & alece.

LA sarda delli antichi, è molto differente dalla nostra, perche quella (come si pensò Plinio) è una specie di pelamis, questa è chiamata trichia da molti, che sono venuti dopò lui: ha la carne nè troppo lenta, nè troppo friabile, in qualunque modo, che sia cotta, ò alesso, ò a rosto, ò fritta, sempre piace. Nel tempo dell'autunno si crede, che sia megliore, perche è più grassa.

Come la sarda, è hoggidì differente da quella delli antichi.

La qualità sua.

Di qual tempo è migliore.

Il sardone è chiamato da alcuni chalcis, è quasi del tutto simile alla sarda. Ma il pesce chiamato sperone, è ben simile al sardone nella figura, ma non nella virtù, perche è insipido di vil prezzo, & pieno di scaglie. Per alece alcuna volta s'intende la scolatura delli intestini de' pesci: alle volte un certo pesce molto piccolo; quello, che volgarmente si dice alice, si crede, che fosse detto in Greco ἀφύη, & da' Latini apua, si potria mettere al paro con la sarda, per conto della bontà, se non fosse assai minore.

Apua, cioè pesce ignudo.

Della scorpena, chiamata a Roma scorfanello, & dello scorpio, detto a Roma scorfano.

QVESTI pesci sono differenti l'uno dall'altro, perche la scorpena è minore, il scrofano è maggiore, quella ha del nero, questo ha del rosso: quella è manco stimata, & questo più: quella non è in uso, se non appresso la plebe: questo è posto alle volte sopra la tauola de' ricchi, l'uno, & l'altro ha la carne dura: ma questo auanza quella, perche da maggior nutrimento, & è più soaue al gusto.

Qual differenza sia tra questi due pesci.

Del pesce prete.

QVESTO pesce è chiamato dalla maggior parte de' Greci οὐρανόσκοπος, da altri ἱερεύς. Li Latini lo chiamano dal vocabolo Greco uranoscopo, ha la carne dura, & insipida, & non è in uso, se non appresso a poueri, & plebei, & è lasciato da' ricchi.

La qualità del pesce prete.

Del

Del pesce san Pietro.

Quanto è grande questo pesce. La qualità sua.

ALCVNI *pensano che questo pesce si chiami in Greco* χαλκεὺς, *in Latino Faber. A Roma rare volte passa la misura d'vn gombito, ha la carne alquanto tenera, & friabile, nè è in tutto insoaue, & si stima, che non sia di mal nutrimento, però non è in tutto rifiutato da' ricchi.*

Della tragina.

La qualità di questo pesce.

LA *tragina, ò trascina in Latino si dice draco marino, in Greco* δράκων. *Secondo Galeno tutti quelli, che mangiano questo pesce giudicano, che habbia la carne dura: alcuni altri poi dicono, che nutrisce assai, & non dispiace al gusto, nè manco è di cattiuo nutrimento.*

Del pesce spada.

Questo pesce, se è grosso, ha la carne dura.

IN *Greco si dice* ξιφίας, *in Latino Gladius, quanto più è grande, tanto più ha la carne dura, & insipida, & quanto manco, tanto manco.*

D'vn'altro pesce spada.

La qualità di questo pesce.

QVESTO *pesce è così chiamato non per il muso, ma per la coda, in Greco è detto* ἀλώπηξ, *in Latino vulpes, ouero vulpecula; è duro, & difficile da cuocere come l'altro, & la carne sua puzza di odor di volpe; la plebe a pena lo ricerca, quando è gran penuria di pesce.*

Del bronco.

La qualità di questo pesce.

IL *bronco da alcuni Greci è detto* γρύλλος, *dalla maggior parte* κόγγρος, *ha la carne molto dura, & insipida; li ricchi non l'hanno in alcuna stima, eccetto quelli che sono molto leccardi.*

Della morena in Greco μυραίνα.

La qualità di questo pesce.

QVESTO *è pesce vile, la carne sua non nutrisce manco di quella del congro: ma si cuoce, & distribuisce con difficoltà, per la sua natural durezza, & tenacità d'humore.*

Del-

Dell'agucchia in Greco βελόνη, in Latino acus.

SI giudica che dia humido, & buon succo, & questo è forse perche è senza grasso, ma poi si cuocia tardi a paragone de gli altri pesci.

La qualità di questo pesce.

Delli pesci d'acqua dolce. Cap. XII.

Dell'anguilla, in Greco ἔγχελυς.

E' MOLTO grata al gusto, massime quella, che viene dal lago di Bolseno, ma è nemica allo stomaco, alle reni, & alle giunture, & si può dire, che non è mai di buon succo, come scriue Galeno, & la sua grassa secondo Hippocrate, è nimicissima a l'huomo: è sempre di danno, quando se ne mangia assai.

Onde vengono le migliori anguille.
A quali membri è nemica.
Sempre è di cattino succo.
La sua grassa è nimicissima a l'huomo.

Della lampreda.

LE lamprede piccole vagliono poco, ma le grandi si pagano assai, & questo non è senza causa, perche le grandi sono soauissime, & delicatissime nel mese di Marzo, & d'Aprile, nel principio dell'estate se gl'indurisce quel neruo, che gli serue per spina. Si stima che la sua carne non habbia in se alcun diffetto, purche non habbia troppo del duro, del lento, & del grasso: ma se è cotta con condimenti delicati acquista maggior nobiltà, che non ha da se stessa. Quelli che l'acconciano con diligentia, la fanno morir nella maluagia con mettergli vna noce moscata in bocca, & chiudergli ogni suo buco con garofani, & poi la mettono in vn tegame raccolta in circoli, & vi aggiungono dell'auellane trite, della midolla del pane, oglio, maluagia, & buone spetie, & così la cuociono a foco lento con diligenza. Non si è ancora ben conosciuto se nuoce a i nerui, come fa l'anguilla, perche non se ne mangia troppo spesso.

Per qual causa le lamprede grandi sono più care delle piccole.
Quali sono buone, & quali cattiue, & per qual causa.
Come si prepara la lampreda a far che sia delicata, & come si cuocia.

Del barbo.

Di qual tempo il barbo è migliore.
La qualità della sua carne.
Le oua sue sono pernitiose.

E' Piv' saporito nel principio della primauera, che in tutto il tempo dell'anno: la sua carne non è ferma, nè è friabile, è leggiera per la rarità della sua sostanza, & nutrisce poco. Le sue oua sono pernitiose, & massime del mese di Maggio, perche oltra che prouocano flusso violentissimo di ventre, & di vomito, danno ancora alle volte la morte.

Dello squaglio.

Quando il squaglio è migliore.

Nella primauera quando è pregno è migliore, ha la carne più soaue, & più soda che il barbo, & è più sicuro per la sanità.

Del luccio.

Come il luccio è sano, & per qual causa.
Come a Roma nō è buono.

Tra li pesci d'acqua dolce è stimato il più sano, perche ha la carne senza succo: ma a Roma non ha soauità alcuna, eccetto se è cotto con qualche condimento delicato.

Della trotta.

Doue si troua la buona trotta, cioè nel lago di Como.
Qual effetto faccia la trotta grande, & grassa.
Nota che la trotta è migliore fredda, che calda, poiche è cotta, & così se mangia a Como.
Per qual causa nuoce a gli amalati.
Nota che alcune trotte vanno contra l'impeto de' fiumi, ancor che caschino da alto, come dice il Giouio, nel libro de' pesci al cap. 15.
Quali trotte si dino a gli amalati.

Quando è fresca è bene a cuocerla presto, & poi subito mangiarla, ouero condirla per conseruarla, perche quando è grassa, & molto grande, come se ne troua nel lago di Como, suole perder in pochissime hore tutta la soauità che può hauere. Quella che poi è molto maggiore, & più grassa, si come si crede ch'empia il corpo di molto succo, & che somministri in gran copia l'humor genitale, così si può dar sicuramente alli sani, ma nuoce poi euidentissimamente a gli amalati, come quella che tardi, & con fatica si sminuzza nello stomaco, & si smaltisce: ma quella che nasce nelli fiumi, & che si stracca per andar contra l'impeto dell'acqua, & che è percossa, & sbattuta per incontrarsi nelle pietre, & nell'acque ineguali, mostra d'hauer li fianchi più ristretti, & la carne più asciutta: onde poi compete di bontà con li pesci sassatili del mare, talmente che alcuni medici non dubitano non solo di concederla, ma anco di lodarla a gli amalati.

Della

Della tenca.

QVESTO *pesce veramente non ha nome nè Greco nè Latino, si cuoce con difficoltà, perche il suo gran lentore, & grassezza s'attacca troppo allo stomacho: & perche suole il più del tempo star ne' luoghi fangosi, & si pasce delle sporchezze della terra putrefatta, è anco di cattiuo succo, & quando se ne mangia in copia, suole eccittar febre massime a quelli, che hanno il ventre stittico: ma in particolare è molto nociua ne i giorni canicolari.*

Per qual causa la tenca si cuoce con difficoltà.

Et perche è tanto mal sana.

A quali, & quando è di maggior danno.

Delle mustelle Cartilaginose lunghe non piane.

Del pesce palombo. Cap. XIII.

LA prima spetie si dice volgarmente palombo, ouero canosa, da alcuni cane Galeo: la seconda si dice particolarmente scazzone, in Greco γαλεὸς ἀκανθίας, da alcuni mustello spinoso: la terza γαλεὸς λεῖος, mustello liscio. Tutti hanno la carne dura, ma chi più, & chi meno, che è difficile da digerire, & ha vn'odor puzzolente.

Il pesce palombo è di due spetie, & come si chiami.

La qualità sua.

Del pesce scorzone, in Greco σκύλιον, da alcuni cagnolo maggiore.

Et anco pesce Gatto, da alcuni cagnolo.

NE' l'vno nè l'altro si suole vsar nelli cibi, come la vulpecula, per la durezza, & lentore suo insieme con il cattiuo odore.

La qualità cattiua di questi pesci.

Del pesce porco.

IN Greco si dice χοιρῖνος, ouero χοιρίνα, in Latino si può dire centrina; a Roma si vede di raro: la sua carne si dice, che è durissima, & molto viscosa: si suol mangiare a pena dalla più vil plebe: ha

La qualità del pesce porco, & del suo fegato.

il fegato teneriſſimo, ma inſipido, il quale quando ſi frigge manda fuori gran quantità d'oglio.

Delli peſci cartilaginoſi piani.

Del martin peſcatore, in Greco βαΤχὸς ἁλιάς, in Latino rana piſcatrix, ouero marina.

La qualità di Martin peſcatore.

HA la carne viſcoſa di mal odore, & di mal ſucco, talche con ragione è rifiutato anco dalla più vil plebe.

Della torpedine, & peſtinaca marina, cioè occhiatella, & bruco.

Come ſi chiami l'occhiatella in Latino, & in Greco.

L'effetto cattiuo di queſto peſce.

LA torpedine chiamata in Roma occhiatella, in Greco νάρκη, mentre che viue, ma non già quando è morta, come quaſi tutti ſi pensano, co'l toccare ò d'appreſſo, ò di lontano, ancor per mezo d'vn'haſta tutto quello, che ſarà in mano a qualcuno, gli lega, & gli mortifica talmente le braccia quantunque forti, & li piedi quantunque veloci, che non ſi poſſono più mouere.

La paſtinaca poi a Roma ſi chiama bruco, in Greco τριγών: nella coda è armata d'vna punta venenata, con la quale (ſe non è tagliata via) da la morte ancor che ſia morta. Galeno però nel terzo de gli alimenti mette, che queſte due ſorti di peſci hanno la carne molle, ſoaue, & che facilmente ſcende al baſſo, nè manco è difficile da cuocere, & che da mediocre nutrimento, come fanno tutti quelli cibi, che hanno la carne molle, ma queſto non ſi può conoſcere, ſe non con l'eſperienza: di queſto certo noi non potemo fare alcuna fede, per non hauer mai hauuto ardire di guſtar alcuno di eſſi, come quelli, che con ragione temiamo da quella il torpore, & da queſta la morte, ò morta, ò viua che ſia. Et è coſa ragioneuole, che ſe la paſtinaca morta può amazzar l'huomo con la ſua punta velenoſa, che anco la torpedine, benche ſia morta, poſſa produrre il torpore ne' membri humani. Ma forſe queſto non è ſtato auuertito da alcuno, percioche ſi come il torpore fa li membri mal'atti al moto, così ancora produce nell'animo vna tal dapocaggine, per la qual l'huomo non ſa dechiarare il ſuo proprio male.

La qualità di queſti peſci.

Come l'Autor nõ ha guſtato alcuno di queſti due peſci.

In qual modo forſe non ſi conoſce il danno della torpedine.

Del-

Dell'aquilone, detto in Greco ἀετὸς.

QVESTO *è simile alla pastinaca con la punta alla coda non manco velenosa, è poi peggiore perche ha la carne più dura, & più insipida.*

La qualità di questo pesce.

Della raia.

LA raia volgarmente si dice mucosa, & bauosa, & in Greco λειόβατος, & in Latino leuiraia. Vn'altra raia detta stellare, quando è minore si chiama arzilla, l'vna, & l'altra è cibo plebeio, & ha la carne difficile da cuocere, ha il fegato tenero, & saporito.

La qualità della raia, & del suo fegato.

Del rombo, & del passero.

SI crede, che il rombo habbia il primo luogo tra li pesci piani, & è in ogni tempo, & in ogni luogo delicato, & sano: pur è più lodato nell'inuernata, che nell'estate: ha la carne bianca piena d'humore sodo, & è di molto, & sano nutrimento. Il passero è molto inferiore al rombo.

Il rombo è delicato, & quãdo è più lodato.

La qualità sua.

Della solea, ouero lenguata.

LA lenguata è in gran credito tra l'abbondanza de gli altri pesci, & è lodata l'inuernata fritta, & condita co'l succo di melarancio, & col pepe. Si crede, che nutrisca leggiermente, & che facilmente si cuoca, & che non lasci a dietro nella seconda digestione delle vene, & del fegato, alcuna sorte di superfluità escrementosa, che possa portar danno. Galeno poi dice assertiuamente, che è più molle, più soaue, & più eccellente, che non è il passero.

In qual tempo la lenguata è più lodata, & come si cuoce, & le qualità sue.

Quello che dice Galeno in honor della lenguata.

Del polpo.

IN Greco si chiama πολύπους, Hesiodo lo chiama ἀνόστος, in Latino polypus, alcuni dicono, che è pesce libidinosissimo, & per questo è forse incitatiuo al coito. Se è grande, & cotto allesso, humetta il ventre, & conforta lo stomaco: alcuni dicono, che inanzi, che si cuocia, si deue tagliar con vna canna, perche il ferro l'infetta, & lo fa di-

Per qual causa il polpo è incitatiuo al coito.

Li effetti suoi boni.

Come si deue tagliar con vna canna, & non co'l ferro.

Come il polpo è molto insipido.

uentar cattiuo, è tanto insipido, che non si mangia, se non dalla più vil plebe, eccetto in luogo di medicamento.

Della sepia, in Greco σηπία.

Le qualità della sepia.

HA la carne molto dura, & insipida, & difficilmente si cuoce. Li ricchi non se ne curano, & la lasciano alli poueri: alcuni dicono, che prouoca il flusso delle hemorroide, ma questo non si sa certo. Il suo humor nero, mangiato poi che è cotta (come dice Dioscoride) si cuoce con difficoltà, ma mollifica però il ventre.

Del calamaro, in Latino loligo, in Greco τευθὺς.

Come il calamaro è meglior della sepia.

SI stima, che habbia la carne manco dura, & più facile da cuocere della sepia. Se è piccolo è stimato assai a i nostri tempi, così bene alesso, come fritto, per esser assai tenero, & saporito. In qualunque modo però che s'acconci, graua sempre lo stomaco d'indigestione. Ma Galeno ha scritto di questi tre, cioè del polpo, della sepia, & del calamaro, & di altri simili, che hanno la carne dura, & che sono difficili da cuocere, & che hanno in se vn poco de succo salato: ma se però nello stomaco saranno ben concotti, non daranno poco nutrimento al corpo: con tutto ciò per la maggior parte generano succo crudo.

Come graua lo stomaco d'indigestione.

Quello che dica Galeno di questi tre pesci.

Della rana. Cap. XIIII.

Come le rane sono contrarie al veleno delli serpenti.

LE rane se saranno mangiate cotte col sale, & oglio, & che si beua il lor brodo (secondo Dioscor.) sono contrarie come Antidoto al veleno di tutti li serpenti. Quelle che hanno gli ossi tanto teneri, che si possono rompere con li denti, sono migliori, & forse questo è perche sono più gioueni. Ma è d'auuertire che bisogna metter qualche differentia perche l'vso di tutti ha in se qualche pericolo, accadendo alle volte, che per mangiar rane, ad alcuno verrà hora il flusso, & difficoltà d'orina, hora l'orinar del sangue con dolore.

Quali rane sono migliori, & per qual causa.

Come l'vso di tutte le rane ha in se qualche pericolo, & come.

Di quelli che hanno la crosta. Cap. xV.

Della locusta, cioè del gambaro rosso di mare, & del gambaro detto volgarmente leone.

LA locusta da alcuni si dice in Greco κάραβος, il gambaro marino, ἄσακος, volgarmente leone, & il gambaro d'acqua dolce, sono ben simili, ma quello ha il corpo rosso pontato, & aspero, quest'altro l'ha liscio, & quasi ceruleo, con molte macchie nere, & risplendenti. La differenza, che è tra il gambaro di mare, & quello di acqua dolce.

La locusta, cioè il gambaro di mare si cuoce con difficoltà, ma nutrisce assai, ha in se qualche succo salso, in virtù del quale puo mollificare il ventre, ma se sarà cotta spesso nell'acqua dolce, ferma il ventre. Li gambari stringono il ventre, come dice vn'Autor Greco, & a pena si cuociono, & massime li grandi d'acqua dolce, ma li piccoli meglio, & le loro code si cuociono più difficilmente, & sono di più grosso succo, che non sono le branche. Le qualità del gãbaro di mare, con qual virtu mollifica il ventre. Come fermi il vẽtre. La qualità de' gãbari. La differenza, che è tra le loro code, & le loro brãche.

Della squilla, cioè delli gambarelli marini.

LE squille piccole volgarmente gambarelli marini, sono differenti dalli granci, perche hanno la coda, & dalle locuste, perche non hanno le branche. Si cuociono con difficoltà, sono nociue allo stomaco, ma poi giouano a quelli, (come penso) nello stomaco de' quali, li cibi leggieri più presto si corrompono, che si cuociono: prouocano l'appetito di venere, come dice vn'Auttor Greco, vagliono con vna certa sua proprietà, presi ne i cibi à far che le donne s'ingrauidino. La differenza, che è tra li gambarelli marini dalli gãci, & dalli gambari rossi di mare. A quali giouino, & a quali nocciono.

Del cancro, cioè grancio.

IN Greco si dice καρκίνος, si troua in mare, & nelli fiumi, ambidoi, quando hanno lasciato la crosta, danno più tenero, & più soaue cibo. Finalmente li leoni, li granciporri, granci, le locuste, le tumache di mare, li gambari, & simili altri (come dice Galeno) sono serrati d'vna sottile scorza, & in quanto alla durezza sono simili a quelli, che hanno la crosta, ma hanno manco humor salso che quelli, se ben ne hanno assai in quantità, hanno tutti la sua carne dura, & per questo Quando li granci sono piu teneri, & piu soaui. Quali hãno la carne dura.

sono

ſono duri da cuocere, & ſono di ſaldo nutrimento, maſsime quando ſono prima cotti nell'acqua che ſi beue, la lor carne poi (come quella delle oſtriche) quando prima è cotta (come s'è detto) & ha laſciato il ſucco ſalſo nell'acqua, ferma il ventre, ma ſi cuoce con difficoltà, non altrimenti di quel, che ſi faccia con quelli, che hanno la croſta, li quali hanno la carne dura. Oltra di ciò quelli che hanno la croſta, ſono più ſtimati con gli oui, & ſogliono farſi graſsi quando la Luna è piena.

Delle Lumache.

A quali perſone ſono vtili le lumache.

TVTTE ſi cuociono con difficoltà. Sono però vtili a quelli nel cui ſtomaco le coſe che ſi cuociono preſto, ſi corrompono inanzi, che ſiano ben cotte, ò terreſtri, ò marine che ſiano: ma queſte (come dice Dioſc.) eſcono facilmente del ventre, quelle delli fiumi hanno odore vcleno ſo, quelle che ſi trouano in terra ne' luoghi eſpoſti al Sole, & che viuono d'herbe odorate ſono più ſtimate, che quelle che ſtanno ne' luoghi paludoſi, & ſenza Sole. Ma quelle che ſi trouano attaccate a gl'arbori de' frutti ſaluaggi, & alle ſiepi, conturbano lo ſtomaco, & il ventre, & prouocano il vomito, come dice Dioſcoride.

Differenza delle lumache, & quali ſono più & meno ſtimate.

Danno che portano alcune ſorti di lumache.

Delli teſtacei, & maſsime delle oſtriche.

Il ſucco dell'oſtriche moue il vētre.

A' TVTTE queſte è commune ſecondo Galeno, che contengono nella carne ſua il ſucco ſalſo, il quale poi muoue il ventre, & queſta attione è in ciaſcuno di eſsi, ò più ò meno, ſecondo la loro qualità, & quantità. Ma quando poi ſono più d'vna volta ben bolliti, & per queſto hanno laſciato tutto quel ſucco ſalato, la lor carne ſi fa ben più difficile alla corrottione, ma poi ferma il ventre. Ma le oſtriche tra le altre teſtacee hanno la carne più molle, per la quale mouono il ventre più efficacemente, ma nutriſcono più debilmente. Quelle poi che hanno la carne più dura, ſi cuociono con più difficoltà, ma il lor nutrimento è più fermo. Colui che penſa che le oſtriche accreſcano l'appetito del coito a quelli che vi ſono inclinati, è in errore, ingannato dalla ſpetie del ſeme, perche paia che la ſua ſoſtanza gli ſia molto ſimile, percioche ſi genera ſeme aſſai, quando ſi mangia aſſai, & che quel che ſi mangia, ſi cuoce bene, poiche il ſeme è l'vltimo, & più perfetto alimento del corpo. Ma la carne delle oſtriche non è veramente di tal ſorte, ſe con diligenza contemplaremo l'eſperienza, nella qual l'huomo reſta

In qual modo poi reſtringano il ventre.

Come l'oſtrica non accreſce l'appetito del coito, & per qual ragione.

sta spesso ingannato. Si come ancora la carne delle lumache grandi con la medesima proportione ha ingannato, & offeso molti.

Delle concule, cioè pettini, cioè cappesante, ò pettuncoli.

SONO di natura, & di sapore simili alle ostriche, ma qualche volta sono velenose, come interuenne due, ò tre volte al tempo di Paolo Terzo, che quasi tutti quelli, che ne mangiauano, moriuano l'istesso giorno, ò la notte seguente.

Come li pettini, le cappe sante, & pettuncoli sono velenosi.

Delle telline.

SONO assai grate al gusto, ma hanno in se molta arena, della quale purgate riescono molto saporite. Le fresche (secondo Dioscoride) fanno lubrico il corpo, & massime il suo brodo.

La qualità delle telline.

Della testudine, cioè tartaruca.

QVESTA ha la carne difficile da cuocere, come hanno anco gli altri animali testacei: onde li Medici moderni meritano di esser molto ripresi, li quali la danno ordinariamente à quelli, che sono molti estenuati, & che hanno lo stomaco debole, come cosa che sia di gran ristoro, & non conoscono, che gli nuoce fuor di modo, per hauer la virtù tanto debole, che non la possono cuocere, come la esperienza insegna. Ma s'ingannano per questo, cioè che conuengono solamente a quelli stomachi, come hauemo detto poco di sopra, ne' quali le cose facili da digerire si corrompono prima, che siano ridotte à tal qualità, che possano nutrire, talche le cose alquanto più difficili da cuocere, com'è la carne della tartaruca, si cuociono meglio, & come si deue. Quella che si troua nelli boschi è migliore di quella, che si troua nell'acqua. Il suo sangue (secondo Auicenna) gioua al mal caduco, & l'ouo gioua alla tosse di quelli putti che lattano.

Le tartaruche hanno la carne dura. Errore de' medici moderni.

La causa perche questi medici siano in errore.

Quali tartaruche sono migliori. Il sangue suo, & le oua a quali giouino.

L'echino marino, cioè riccio di mare.

QVESTO è commodo allo stomaco (come dice Dioscoride) lubrica il ventre, & prouoca l'orina.

Li effetti buoni del riccio di mare.

Fin'hora

Fin'hora hauemo trattato de gli acquatici, & forse molto più di quello, che era il bisogno, ma ho più presto voluto esser superfluo in questo, che lasciar le cose necessarie, per esser ostinatamente breue.

Delle carni. Cap. XVI.

PASSIAMO alle carni de gli animali terrestri, & volatili.

La carne de gli animali, domestici, e piu humida, & piu rilolubile, che quella delli selvaggi.

Tutti gli animali domestici perche hanno la carne più humida, & più grassa, danno il nutrimento più facile a risoluersi, che non fanno li selvaggi, che sono più asciutti, perche la lor carne è più soda, & con più difficoltà si corrompe, che quella delli domestici. Oltra di questo gli animali gioueni sono più humidi, più facili da cuocere, & più lubrichi, che non sono li grandi, eccettuando però la carne di porco.

Gli animali gioueni, sono piu humidi, che li vecchi, eccetto però il porco.

In somma la carne, che cresce, tanto di vccelli, quanto di quadrupedi, è molto megliore, che non è quella de gli animali, la cui età è in declinatione. La carne poi de gli animali, che sono sul fior dell'età, è in mezo tra l'vna, & l'altra. Quella de' troppo gioueni, & molto vecchi, è pessima, ma per ragioni diuerse, percioche quella de vecchi, per esser dura, secca, & neruosa, è molto difficile da cuocere, & di poco nutrimento: quella poi de' troppo gioueni, è mucosa, humida, & piena di escrementi, benche ha questo di buono, che esce facilmente dal corpo, per il ventre.

La carne de gli animali, che crescono, è megliore di quella de gli animali, che calano.

Quella de troppo vecchi, & troppo gioueni, è pessima per diuerse ragioni.

Oltra di questo tutte le carni, ancor che siano delli stessi animali, sono buone, & cattiue secondo la varietà de' luoghi, doue si nutriscono: percioche quelli, che mangiano herbe odorate, come è il serpillo, timo, menta, & altre simili, che nascono ne' luoghi montuosi, sono sempre migliori, & più soaui: per il contrario quelli, che si pascono di herbe senza odore, humide, & insipide, & che nascono quasi in tutte le valli, sono ingrati, & senza sapore. Quelle anco nutriscono più, & queste manco: quelle danno più forza, & queste meno: quelle fanno gli huomini più agili, & queste più pigri, hauendo rispetto alla quantità della carne.

Gli animali, che stanno ne' monti, fanno le carni megliori, & per qual ragione.

Gli animali, che stanno nelle valli, fanno le carni peggiori, & per qual ragione.

Di più tutte le carni tanto secche quanto humide riscaldano, perche sono composte di più sangue, che gli altri cibi, il quale è sempre accompagnato con notabil caldo, & però gli animali, che hanno più sangue, scaldano molto più, & quelli, che n'hanno manco, scaldano manco. Quelli poi, che hanno più del secco, scaldano & essiccano: ma quelli,

Tutte le carni riscaldano, & la ragione di tal effetto.

Le carni secche scaldano, & asciugano, le humide humettano, & lubricano il ventre.

che

che hanno più dell'humido, tutte scaldano, & humettano, & appresso hanno più del lubrico.

Quelle che sono troppo bollite ò arrostite, perche in ambedue si consuma l'humido naturale, danno poca forza, & con difficoltà si cuocio-no. Ma se sono mediocremente bollite, ò arrostite, danno anco mediocremente forza. Et le arrostite giouano più a quelli, che stanno in essercitio grande, come le bollite giouano a gli otiosi. Quelle che non sono ben cotte danno forza, & sono vtili per durar fatica, ma si cuocio-no difficilmente nello stomaco: & così le carni de gli animali amaz-zati di fresco, danno più forza, che quelle, che sono frolle. Al fine le carni arrostite, & fritte sono più secche: le bollite nell'acqua dolce, dan-no il nutrimento più humido. Ma per raffrenar l'appetito della gola, le bollite sono migliori, che le arrostite; perche quelle si cuociono più fa-cilmente, ma nutriscono manco, & sono manco appetitose, & grasse: per la qual cosa non mangiandone l'huomo troppo, sogliono prohibire la gran pienezza, & spesso anco prohibiscono la indigestione. Le grasse causano caldo, & le magre graue zza al corpo. Le carni ancò dense, grasse, & graui sono vtili a quelli, che stanno in continuo essercitio, ma le rare, & sottili, & leggieri sono vtili a gli otiosi: ilche si conosce a molti segni, ma principalmente nel cuocerle, perche queste si cuociono presto, & quelle in molto tempo. Oltra di questo le carni danno il nutri-mento più copioso, & che dura più tempo, che non fanno li semi, l'her-be, li frutti, & li pesci, perche il suo succo non è così flussibile, nè così facile da risoluersi, nè da così poco corpo, ma fermo, denso, & più fi-broso, & è tale quale richiede la conditione dell'vltimo nutrimento. Et benche il succo del frumento paia il medesimo con quello della carne, se però la loro quantità sarà eguale, il frumento nutrisce manco, che la carne. Et benche il succo d'alcuni altri cibi, come dell'anguilla, & del cascio, si attacchi assai bene per il suo lentore: nondimeno perche quel lentore è troppo, non può così bene penetrare alli membri, che possa dar buon nutrimento, ma fermandosi il più delle volte intorno a i luoghi esteriori, è prima liquefatto dal calor dell'animale, & poi fatto più sottile, va errando per il corpo, onde poi nascono le distillationi, & do-lori delle giunture. Si che poi, che le carni danno vn succo più, & meno fermo, copioso, denso, lento, fibroso, sono bene di buon nutri-mento; ma si deuono pigliare in tanto manco quantità del pane, & de gli altri cibi, quanto che se se ne piglierà in copia, & massime beuendo ancora insieme vino, riempiono più facilmente le vene, per la qual

Le carni, che sono troppo bollite, ò arrostite, dãno po-ca forza, & perche.

Le carni arrostite sono vtili a quel-li, che fanno gran de essercitio, & le bollite a quelli, che stãno in otio.

Le carni mal cotte, danno più for-za.

Le carni freschie, danno più forza, che le frolle.

Le arrostite sono più secche, le bol-lite più humide.

Le carni bollite sono più sane, che le carni arrostite, ma manco grate.

L'effetto delle car ni grasse, & delle magre.

Le carni dense, grasse, & graui i quali siano di vti-le, & di danno.

Le carni danno il nutrimẽto più co-pioso, & più dura-bile, che gli altri cibi, & perche.

In qual modo il frumento nutrisce manco, che la car-ne.

In qual modo il molto lentore d'al cuni cibi non può dare buon nutri-mento.

Come le carni si deuono mangiare in manco peso del pane, & perche.

Li mali effetti, che nascono dalla carne, quando se ne mangia troppo.

cosa sono poi causa di stracchezza, ò puzzor di fiato (come accade nelli cani, & ne' putti piccoli) ò amarezza di bocca, ò sete, ò alla fine producono notabile putredine. E' verò che la carne è cibo più conueniente all'huomo, che gli altri nutrimenti, perche ha gran similianza con la natura humana. Ma che la carne generi carne (come si dice volgarmente) è cosa da ridere, perche a questo modo anco il sangue generaria sangue, & saria buonissimo nutrimento: la qual cosa però non riesce, ma è conueniente, perche (come habbiamo detto) genera vn succo, il quale, se si piglia con misura, da forza al corpo, come fa il vino all'animo.

Come la carne è cibo conueniente all'huomo.

Come la carne nō genera carne, & perche.

De gli animali quadrupedi. Cap. XVIII.

Della carne di vitello, & di vaccina.

Buone qualità della vitella mongana.

DI quella de' quadrupedi, la carne di vitello, che a Roma si chiama mongana, è la più eccellente, & massime se sarà frolla, & che il vitello ancora latti, & che non sia di troppo poca etade: percioche questa & nell'odore, & nel sapore, & nella vista, (perche è bianca) è molto dilettenole, & facile da cuocere, & da smaltire: ma quella, che si chiama camporeccia, è assai inferiore a questa.

Qualità della vaccina.
A quali è di utile, & a quali è di danno.

La vaccina è robusta, ferma il corpo, con difficoltà si cuoce, è vtile a quelli, che fanno continuamente grande essercitio, ma è di danno a quelli, che stanno in otio. Molti hanno detto, che genera humor melancolico: ma questi hanno hauuto tal opinione, prima che l'habbiano conosciuto con l'esperienza, perche realmente non si troua, che così sia, eccetto se alcuno vorrà dire, che per esser difficile da cuocere nello stomaco, l'huomo ne sente qualche disturbo, per il quale poi si contrista, & da questo sia stato giudicato, che generi humor melancolico.

Come la vaccina possa generar humor melancolico.

Il brodo suo raffrena il flusso di corpo causato da colera, come dice vn' Autor Greco.

Come il suo brodo è buono al flusso di corpo.

Della carne di bufalo.

Le qualità della carne di buffalo.

LA carne sua in vista è bella, per esser bianca, ma al tatto è lenta, & grossa: si cuoce difficilmente; se è fresca, oltra che è molto ingrata, moue anco il flusso di corpo, se è salata manco offende, & è più saporita.

E' cibo da Giudei.

E' cibo da Giudei. Il suo lombo, il fegato, la lingua, &

le

le mamelle delle bufale, che lattano, sono molto stimate, & pare che siano in qualche conto non solo appresso gli Hebrei, ma anco appresso molti nobili Romani.

Quali siano le parti Iue, che siano stimate.

Della carne di capretto, di capra, di becco, di montone, & di toro.

LA carne di capretto perche suole hauer in certo modo l'odor del becco, è superata da quella di vitello, per la soauità dell'odore, & perciò alcuni per non sentir quello odore, poi ch'è cotta, la mangiano più presto fredda, che calda: moue il corpo co'l suo lentore, che però è poco. Se è conseruata acciò s'infrollisca, non si fa così tenera, come quella di vitello. Si dà a conualescenti, & si crede, che porti danno a quelli, che patiscono dolor colici; & che il polmone suo mangiato inanzi che si beua, preserua l'huomo dall'embriachezza. La carne di capra, oltra che ha tutti li difetti della vaccina (si come dice Hippocrate) genera flati, & rotti, & è causa della passione colerica: è di natura di succo vitioso, & acre, come dice Galeno. Quella di becco è pessima, sì per esser difficile da cuocere, come per esser di cattiuo succo, dopò la quale è quella di montone, & poi di quella di toro.

La causa perche la carne di vitello auanza in bontà quella di capretto.

Per qual causa la carne di capretto si mangia fredda, & non calda.

Le qualità Iue.

A quali sia vtile, & di danno.

Qualità del suo polmone.

Danni, che porta la carne di capra.

Della carne d'agnello, di pecora, & di castrato.

QVELLA d'agnello, & massime d'vn'anno, è sempre più leggiera di quella di pecora, come dice Hippocrate. In alcuni luoghi, come a Padoua, non solo auanza in bontà, & in sapore quella di pecora, ma anco quella di castrato: ma a Roma è tutto l'opposito. Quella che è cotta a rosto, è più lodata, che la bollita, nuoce a' corpi humidi: è peggiore, & peggio si cuoce quanto più l'agnello è giouene; & quanto più è grande, tanto più facilmente la sua carne si cuoce.

Quella di pecora a Roma non si suol comprare, se non da' poueri, & ben pochi, ma ne' luoghi montuosi perche è migliore, spesse volte si mangia anco da' ricchi.

Quella di castrato a Roma è ben più sana, che quella di pecora, & d'agnello, ma ne' luoghi più vicini, per li pascoli, è più soaue, & più eccellente.

La carne d'agnello, è più leggiera, che quella di pecora.

Nota che a Padoua è migliore di quella di castrato.

L'arrostita è migliore, che la bollita.

Quanto più l'agnello è grande, è tanto più buono.

Doue la carne di castrato è migliore.

Della carne di porco, di porchetta, & di porco seluaggio.

Come deue esser il porco, se la sua carne ha da esser buona.

QVASI *tutti dicono, che la carne di porco mediocremente grasso d'vn'anno, & massime castrato, è di buon succo, nutrisce assai, lubrica il ventre, prouoca l'orina, si cuoce facilmente, gioua a quelli, che fanno essercitio, ma noce poi a quelli, che stanno in otio, & che hanno lo stomaco humido. Questo certo non si deue admetter delli porci, che si nutriscono in Roma, ma ben di quelli in particolare, li quali si nutriscono d'orzo, ò di ghiande, ò di simili altri cibi: perche questi di Roma generano ne gli huomini infiniti escrementi, catarri, indigestione, & in somma sono di mal succo, poiche si nutriscono così inconsideratamente di tante sporchezze, & d'ogni sorte di vitiosi, & corrotti escrementi. Nè è vero quello, che si dice, che perche sono temperati di complessione, possono conuertir in buon succo anco li nutrimenti cattiui: percioche quelle cose, che sono atte a nutrire nel principio, sono contrarie al corpo, che nutriscono: per la qual cosa possono a lungo andare più presto mutar il corpo, che si nutrisce, nella sua natura, che mutarsi loro nella natura di quel corpo, come si vede chiaramente, che le carni de gli animali d'vna medesima spetie, per esser nutriti di tanta varietà di alimenti, sono tanto differenti in bontà, & sapore. Come si conosce ancora facilmente, se prouaremo quelli, che sono nutriti nelle valli, & quelli che sono nutriti ne i monti: Et per questo forse accade, che nell'Isola di Santo Tomaso, la carne di porco (come si dice) è più sana, & con più vtile si da a gli amalati, che quella di gallina, ò qual si voglia carne da noi stimata buona. Nè in questo proposito posso tacer quello, che mi souuiene; che per esser in quel luogo grandissima abondanza di Zuccaro, doue poi si gettano le canne, dalle quali s'è cauato il Zuccaro, li porci trouandole, ne mangiano in gran copia, onde poi si fanno tali, come se quasi fossero nutriti di Zuccaro: talmente, che per non rifiutar quest'animale nessuna sorte di cibo, & di tutti facilmente si nutrisca, & s'ingrassi, che venendo poi in vso appresso di noi in luogo di cibo, se sarà nutrito di buoni cibi, ne darà buon nutrimento, se anco sarà nutrito di cattiui, ne lo darà cattiuo.*

L'vtile & danno che porta quella carne.

Come li porci nutriti a Roma, non possono dar buon nutrimento.

Che il porco non può conuertir in buon succo li nutrimenti cattiui.

Le cose che danno nutrimento, più presto alterano il corpo, che nutriscono, che esse siano alterate.

Come nell'Isola di S. Tomaso, li porci sono più sani, che qual si voglia altra carne.

Onde proviene quello effetto.

La carne di porchetta è malsana, & perche.

La carne di porchetta ha in se molti escrementi, genera succo cattiuo, è molto più graue, che non è la carne delli porci adulti, & si cuoce con gran difficoltà.

Quella

Quella di porco seluaggio, sì di grandi, come di piccoli, è meglior che quella de' porci domestici, anzi (come dice l'Autor della dieta) essica, conforta, & si smaltisse. Il grugno suo a pena si puo superar nel ventre, & per concluderla di tutte queste carni poco fa nominate, cioè di boue, di becco, & di porco, le carni delli castrati sono sempre le megliori, ma de' vecchi sono pessime, non solo per esser difficili da cuocere, ma anco per non generar buon succo, ne buon nutrimento.

Quella di porco saluatico è piu sana di quella del domestico.
La natura del suo grugno.
La carne delli castrati è migliore, che quella de gli intieri.
Perche quella delli vecchi è pessima.

Della lepre.

LA carne di lepre (come dice Hippocrate) è secca, ferma il ventre, & incita in certo modo l'orina, onde non è marauiglia se, per esser secca, & per prouocar l'orina, Galeno nel terzo, de gli alimenti ha detto, che genera sangue grosso. Che poi induca l'huomo alla melancolia, si può facilmente dubitare, sì perche dalla maggior parte si stimà che sia di meglior nutrimento, che la vaccina, & quella di pecora, si ancora perche non vedemo alcuno di quelli cacciatori, che spesso ne mangiano, farsi più facilmente melancolici, che alcun'altro. Ma se forse alcuno dirà, che per esser la lepre di poco animo, la sua carne produce melancolia, si potrà rispondere, che il fagiano farà il medesimo, il quale è tanto timido, che visto che ha il falcone, si lascia più presto prendere con la mano dal cacciatore, che hauer ardire di volare. Quest'animale poi ch'è nato d'alquante settimane, quanto è piu giouane, tanto è meglior.

La qualità della carne di lepre.
Come genera humor grosso.
Come non induce l'huomo alla melancolia.
Come per esser di poco animo non può fare questo effetto.
Nota del fagiano, & sua timidità.

Galeno dice, che il coniglio è simile alla lepre, però quando è di mezza età, & assai grasso, non sarà forse inferiore alla lepre, quanto alla bontà del nutrimento.

Il coniglio è simile alla lepre.

Della carne di capriolo.

QVANTO manco è secca, & più tenera di quella della lepre, tanto piu facilmente si cuoce, & si distribuisce: li medici Arabi l'antipongono à tutte le carni de gli animali quadrupedi seluaggi.

La qualità della carne di capriolo.

Della carne di ceruo.

LA carne di Ceruo (come dice Galeno) è di cattiuo succo, si cuoce con difficoltà, genera atrabile. Si deue schifar l'estate, perche si nutrisce di vipere, & di serpenti, l'Inuernata si mangia più sicuramente, causa

La qualità della carne di ceruo.
Perche è peggiore nell'estate.

Effetti cattiui che fa.

causa obstruttione nel fegato, & nella milza: anzi si dice, che se l'huomo ne mangierà troppo spesso, & senza misura, sarà sforzato à tremare, & non si potrà fermare. Comparata à quella del porco seluaggio, come accenna Hippocrate, è più secca, & manco si smaltisce, ma prouoca più l'orina.

Della carne di volpe.

La qualità della carne di volpe, & quando è manco cattiua.

LA carne di volpe è dura, ha odor cattiuo: nell'Autunno è manco cattiua, perche s'ingrassa dal'vua che mangia.

Della carne del riccio terrestre.

La qualità della carne del riccio terrestre, & suoi effetti.

LA sua carne si deue pigliar più presto per medicamento, che per cibo, percioche, come dice vno, si cuoce difficilmente, & da poco nutrimento, ma poi, come dice Hippocrate, prouoca l'orina, & humetta.

Della carne del ghiro.

Il ghiro nõ si mangiaua al tempo de gli antichi, ma hora è in molta stima.

E' molto grasso, & l'effetto che fa.

AL tempo de' Romani non era licito mangiar questo animale, ma hora è molto desiderato da i leccardi. E' ben vero che per esser tanto grasso, leua quasi à fatto l'appetito dello stomacho, è difficile da cuocere, genera succo lento, & freddo. Forse che leuando l'appetito con la sua grassezza, potria esser vtile a quelli che hanno la fame canina.

De gli vccelli. Cap. XVIII.

Tutti gli vccelli danno poco nutrimento al paro de' quadrupedi.

La sua qualità.

L'arrostita, & non arrostita restringe il ventre.

Quali di essi sono migliori, & non migliori.

La differenza che è tra li seluaggi, & li domestici.

TVTTI gli vccelli (come nota Galeno) danno pochissimo nutrimento, se saranno paragonati con li quadrupedi, & massimamente con li porci. Hippocrate poi dice, che sono più secchi, che li quadrupedi. La lor carne è più leggiera, & più facile da digerire. L'arrostita, & non arrostita (come dice Auicenna) stringe il ventre, eccetto forse quegli vccelli, che viuono nell'acqua, perche sono naturalmente humidi. Quelli che di natura sono grassi, se ben sono alquanto magri, sono tanto migliori, per il contrario quelli che sono di natura secchi, quanto più sono grassi, sono migliori. Li seluaggi sono manco humidi

che

che li domestici, hanno la carne più sottile, & più facile da distribuire. Li domestici sono di maggior nutrimento, & più temperato. Et di questi gli vccelli, che viuono alla campagna, & all'aperto sono migliori, che quelli, che s'ingrassano nelle corti. In somma perche tutti gli vccelli comparati vniuersalmente alli quadrupedi, sono secchi, si deue far elettione delli più gioueni, nel modo che hauemmo detto, accioche la loro siccità si possa contemperare con l'humido, che è più propinquo al suo nascimento, & à questo modo nutriscono più presto, & più facilmente si cuociono, & anco meglio si distribuiscono per tutto il corpo, percioche tra i cibi familiari il più humido (come dice Galeno) si come nutrisce manco, così più facilmente si cuoce, & più presto si distribuisce per tutto il corpo.

Gli vccelli gioueni sono migliori, che li vecchi, & perche.

Vtilità dell'humidità ne' cibi.

Della gallina, del pollastro, del cappone, & del gallo.

LA carne di gallina, la quale è vicina al tempo di far oua, & di pollastro, il quale ò non habbia ancora incominciato à cantare, ò che poco manca che non canti, da gli Arabi è stimata la migliore di tutti gli vccelli. Dicono di più che la gallina porta augumento all'intelleto, & che il suo ceruello accresce la sostanza del nostro ceruello, & che aguzza l'ingegno. Ma quella che già è in età perfetta, perche è di natura più secca, che non è il suo pollo, stringe il ventre, & però non si deue mangiar cotta arrosto, ma alleso. Dicono poi che li suoi polli humettano il ventre presto, si distribuiscono, giouano à gli occhi, augumentano, & generano sangue buono, confortano l'appettito, & conuengono à tutte le complessioni. Dicono anco che il cappone deue esser antiposto alli pollastri, & alle galline, & che nutriscono molto più.

La carne di gallina, & di pollastro è la migliore di tutte le carni.

L'vtile che porta.

La gallina vecchia stringe il ventre.

Come si deue mãgiare la gallina.

Vtilità grãde delli pollastri.

Il cappone è migliore delle galline, & de' pollastri.

Il Gallo, massime vecchio, non è buono per nutrimento, ma bene per medicamento, & il suo brodo muoue il corpo, ma la carne lo ferma.

Le qualità del gallo.

Della gallina d'India.

LA gallina d'India da tutti è chiamato vccello Africano, ma da loro è detto Numidico, da altri è posto tra gli vccelli Meleagridi: Concorre con la carne della gallina nostrana, ma è alquanto più dura, è necessario che per vn pezzo s'infrollisca bene, prima che si mangi.

Come si chiami la gallina d'India.

La differenza tra la gallina d'India, & la nostrana.

Dell'anetra.

Le qualità dell'anetra.
E' megliore arrosto, che alleſſo.
Le ali ſono migliori che le altre parti.
Altri ſuoi effetti.

L'ANETRA *è più humida, & più difficilmente ſi cuoce: nuoce allo ſtomaco, & produce putredine. E' più vtile cotta arroſto che alleſſo. Non è inuentione d'eſperienza, ma di ragione, che le ali ſiano migliori, che tutte le ſue parti, così come ancora, che facciano la voce, & il color chiaro, che augumentino il ſeme, & che caccino il flato.*

Dell'oca.

L'oca è ſimile a l'anetra, ma è più dura.
Virtù delli ſuoi teſticoli, & della lingua.

L'OCA *è quaſi ſimile all'anetra in queſte coſe, ma è più dura. Si deue fare elettione della più giouene, come quella, che manco nuoce. Alcuni penſano, che li ſuoi teſticoli mangiati giouino a generar figliuoli, & la lingua gioui alla difficoltà dell'orina.*

Delli colombi, & delli palombi.

Li colombi ſono, & domeſtici, & ſeluaggi.
La qualità delli ſeluaggi.
Li domeſtici, quali ſono più ſani.
La qualità delli domeſtici, & danni che portano.
Gli vtili che portano.
Quando ſono migliori.
Non ſi deuono cocere ſe prima non ſe gli taglia via la teſta, & il collo.

Li colombi alcuni ſono domeſtici, & che habitano ne' muri, alcuni ſono ſeluaggi: queſti ſi chiamano palombi, quelli altri propriamente colombi. Li ſeluagi più volgarmente ſi chiamano palombelle, che hanno la carne dura. Li domeſtici murali, parte habitano nelle ſtanze, parte fanno i loro nidi nelle Torri, ò altri ſimili luoghi. Li Torriani (per dir così) ſono megliori, & più ſani. Li domeſtici hanno il ſucco più eſcrementoſo, & ſono più graui. Si crede che giouino alle reni, e che augumentino il ſeme, & il ſangue, che eccitino la febre ſe ſpeſſo ſi mangiano, che cauſino infiammatione di gola, che offendino la teſta, & gli occhi, & che produchino la lepra: ma poi che giouino à quelli, che hanno poco ſangue, & à cui manca il calor naturale. Et la loro teſta mangiata cauſa lungo dolor di capo. Si deue fare elettione di quelli, che incominciano a volare. Vn' Autor Greco dice, che ſono più lodati la primauera, & l'autunno, che l'eſtate, & l'inuernata. Gli Arabi poi commandano, che non ſi deuono nè mangiare nè manco cuocere, ſe prima non ſe gli è tagliata via la teſta, & il collo.

Del pauone, & della grue.

Le qualità cattiue del pauone, & per che è ſtimato.

IL pauone ha la carne duriſſima, come ha anco la grue: è più ſtimato non perche ſia migliore, ma perche vale più quando è viuo.

Ambi-

Ambedui a pena si possono mangiare se non sono ben frolli. Se il pauone induce l'huomo a melancolia, come alcuni hanno creduto, sarà per la ragione, c'hauemo detto, che lo fa la carne vaccina.

Come può il pauone indure l'huomo a melancolia.

Della pernice.

LA pernice (come pensa vn certo Greco) ferma il ventre, genera sottil sangue, & se lo troua grosso, lo estenua. E' incitatiua alle cose Veneree, augumenta il seme, ingrassa, prohibisce la putredine, giona a gli otiosi, & a quelli, che non fanno essercitio, alli deboli, & a quelli, che hanno lo stomaco humido: si deue fare elettione delle più giouani, che si dicono perniconi, & non s'ha da mangiare, se non frolla. Si dice, che il suo fegato giona a quelli, c'hanno il mal caduco.

Le qualità buone della pernice.

Quando è meglio re.

Il fegato a chi sia buono.

Della starna.

LA starna è spesso vguale in bontà alla pernice, & qualche volta è migliore: però quando l'huomo ha copia d'ambedue, deue pigliare quella, che più gli piace.

La starna è simile alla pernice.

Della gallina seluaggia.

QVESTA si dice in volgare gallinaccia, da' Latini non senza causa gallinago. E' quasi simile alla carne della pernice, se bene è più presto inferiore, che altrimente.

La gallinaccia è simile alla pernice.

Della coturnice volgare.

LA coturnice è stimata specie di pernice, ma è alquanto maggiore. Ha il becco, & li piedi rossi: è più lodata della pernice.

La coturnice è migliore della pernice.

Del fagiano.

IL fagiano (come alcuni pensano) non solo sta in mezo tra il cappone, & la pernice, ma è più eccellente di tutti quelli vccelli, che hauemo raccontato, pur che si mangi frollo, come conuiene. Ma il giouine senza dubbio precede tutti gli altri. Nondimeno ancor che la gallina, il cappone, la pernice, la gallinaccia, la coturnice maggiore,

Il fagiano frollo è migliore di tutti quelli vccelli.

che è ſpetie di pernice, & finalmente il fagiano, ſiano molto lodati per generar buon nutrimento: con tutto queſto perche hanno la carne ſecca, & maſſime nel petto, la qual piace tanto ſopra tutte l'altre, tutti queſti ſtringono il ventre, & danno poco ſucco per nutrimento del corpo, & inſieme ſi cuociono, & ſi diſtribuiſcono con difficoltà.

Il danno che portano tutti queſti vccelli.

Della quaglia.

LA quaglia ſi chiama particolarmente coturnice: è ſtimata la peggiore di tutti gli vccelli. Si corrompe preſto, & rende l'huomo facile alle febri. Nella primauera, quando torna, è ſenza ſapore, & di mal ſucco: muoue il mal caduco: ſi paſce ſpeſſo di elleboro, per la qual coſa nuoce anco più ſpeſſo. Quella che ſi troua col ſuo primo ſtomaco pieno di frumento, è più ſicura. Si ha da fare elettione della più graſſa, & della più giouine.

La quaglia è peggiore di tutti, & il danno che porta.

Quando è peggiore.

Per qual cauſa è malſana.

Quando è più ſicura.

Della folica, & della detta pauoncella.

LA folica è di cattiuo ſapore, non ſolo perche ha l'odor de' peſci, de' quali ſi nutriſce, ma anco perche ha la carne dura. La pauoncella poi leuato l'odor de' peſci, non diſpiace tanto quanto fa la folica.

Perche la folica ſia cattiua.

La pauoncella nõ è tanto cattiua.

Della tortora.

LA tortora è di natura molto ſecca, ſtringe il ventre, augumenta il ſeme, & il ſangue (come alcuni penſano) conforta l'intelletto, & acuiſce l'ingegno. Se è graſſa, & giouine, è più ſana, & più ſaporita.

La qualità della tortora.

Delli vccelletti piccoli.

TVTTI gli vccelletti piccoli, che ſin'hora ſono conoſciuti a Roma, leuati li ſtorni, & le paſſare, ſe ſono gioueni, & graſſi ſi cuociono facilmente, & ſono di buon ſucco, ma li ſtorni, & le paſſere ſono ſempre duri, & danno cattiuo nutrimento. Et quì è da notare, che molti con poca conſideratione fanno vn grande errore, perche mentre che mangiano queſti vccelletti, & maſſime li beccafichi, & gli hortolani, ingiottiſcono anco inſieme gli oſſetti ſuoi, li quali, ſe per ſorte trouano lo ſtomaco voto, come accade ſpeſſo a quelli, che viuono ſobriamente, ſi

Tutti gli vccelli piccoli ſono buoni, & ſani, eccetto le paſſere, & li ſtorni.

Errore di quelli, che ingiottiſcono gli oſſi de gli vccelletti.

Gli effetti cattiui, che naſcono, quando gli oſſetti s'ingiottiſcono.

te, si cacciano alle volte dentro nelle sue cauità, & lo pizzicano, & lo pongono, & impediscono grauemente la concottione, sin tanto che mescolati con gli altri cibi, cascano a gli intestini. La qual cosa suol durare non solo dui, tre, & quattro giorni, ma molti & molti, & alle volte li mesi, onde ne seguita spesso vna grandissima molestia di quelli, che hanno mangiato a questo modo, talche si può conoscere, ch'è bene ingiottir la carne, ma non già gli ossi.

Quãto tempo sue le durare questa molestia.

Delle particelle de gli animali, & in particolare delle creste, & sottocreste. Cap. XIX.

TRA le parti de gli animali quadrupedi, quelle che sono più propinque a gli ossi, alle spatule, alle coste, & che si vedono, & che sono tra il cuore, & la testa, si mettono dalla maggior parte, tra le megliori. In somma li membri posti da mano dritta, sono megliori, che quelli di man manca: & quelli dinanti, sono megliori, che quelli di dietro. Et si giudica da quelli medesimi, che li membri, che sono vicini alla coda, sono manco saporiti, & più duri, & con più difficoltà si cuociono, che gli altri, per la qual cosa questi tali rifiutano le natiche, ma poi lodano sopra tutto le coscie, & li muscoli bianchi. Tra le parti de gli vccelli poi, antipongono alle altre, le ali, & il collo; le creste, & le sottocreste delli galli, & delle galline, non sono communemente nè dannate, nè approbate, come dice Galeno, nel terzo de gli alimenti. Ma perche di continuo sono sbattute dall'aria, la quale se sarà calda, risolue le parti humide, & ritiene le solide, se sarà fredda, le condensa, & riferma: di quì nasce, che sono dure, nè si possono così facilmente cuocere. Di tal natura ò poco meno sono tutte le cotiche, & tutte le sorti di pellicine. Et di ciò l'huomo facilmente si chiarirà, se prouerà due, ò tre volte nelli suoi pasti ordinarij, di non mangiare altro companatico, che di questa sorte.

Quale parti de' quadrupedi sono megliori.

Quale parti de gli vccelli sono megliori.

Qualità delle creste, & sottocreste.

Qualità delle cotiche.

Del ceruello.

IL ceruello (come dice Galeno) è cibo pituitoso, di grosso succo, tardo al passare, si cuoce con difficoltà, nuoce assai allo stomaco, eccita nausea, distrugge l'appetito. Se è cotto con molto grasso, & mangiato dopò gli altri cibi, muoue il vomito. E' peggiore quello de' quadrupedi, che de gli vccelli, ma quello del porco, & dell'agnello è

Le qualità cattiue del ceruello.

Qual'è pessimo, & quale non è così cattiuo.

pessimo, quello delle galline, de' capponi, de' pollastri, delle pernici, & de' fagiani non è cattiuo, come gli altri, anzi si crede da alcuni, che sia sano, & vtile.

Della midolla spinale, & di quella, ch'è dentro a gli ossi.

La midolla spinale, e piu dura del ceruello.

LA midolla spinale è simile al ceruello, eccetto che è alquanto più dura, quella che è ne gli ossi, è più dolce, più soaue, & più grassa, che la spinale, & il ceruello. Se se ne mangia troppo, causa nausea, lubrica il corpo, & è opinione d'alcuni, che augumenti il seme.

Quella de gli ossi, & manco cattiua, & suoi effetti.

Delle glandule, & delle mammelle.

Qualità delle glandule, & delle mammelle.

TVTTE le glandule in generale sono soaui, & friabili. Le mammelle, che hanno latte, mostrano da loro non sò che del dolce: per la qual cosa queste quando sono piene di latte, sono molto desiderate dalli leccardi, & massime quelle di porco, che siano alquanto salate poco inanzi. Il nutrimento poi, che si caua da queste, quando sono ben cotte nello stomaco, è quasi simile al succo delle carni, ma se non sono ben cotte, generano succo crudo, & pituitoso, cioè quelle, che sono più humide, lo generano pituitoso: ma quelle, che sono più dure, lo generano crudo. In somma è opinione di quasi tutti li moderni, che se sono d'animali gioueni, & piene di latte, sono di sapore buono, & dolce, & che portano buon nutrimento, ma si distribuiscono tardi.

Quando danno buon nutrimeto.

Delli testicoli.

Li testicoli hanno vn poco di puzzore.

LI testicoli, ancorche mostrino d'esser della natura delle glandule, non però sono di così lodato succo, come sono le mammelle, ma hanno non sò che di puzzolente odore, come quelli, che rappresentano la natura del seme, che gli passa per mezo, come fanno le reni con l'orina. Quelli de gli animali grandi, che caminano, sono molto più difficili da cuocere, & di cattiuo nutrimento, ma non tanto quelli d'agnello. Quelli de' polli gioueni, sono delicati, di buon succo, & danno buon nutrimento, & massime di quelli, che sono ingrassati, anzi alcuni pensano, che diano tanto nutrimento, quanto pesano.

Quali sono peggiori.

Quali sono migliori.

Del-

Dell'occhio.

GLI *occhi de gli animali quadrupedi sono molto desiderati da alcuni. Quelli di vitello, & di capretto, si crede che siano buonissimi, & certo sono soaui, & saporiti, & massime se l'animale sarà grasso: percioche la sua grassa, si come è più pura, & più bianca, che non suole esser nelle altre parti, & non si mangia sola, ma insieme con li muscoli teneri de gli occhi, così è di soauità grande a quelli, che li mangiano, & quasi non causano alcuna nausea.*

Quali occhi sono buoni.

Per qual causa sono buoni.

Della lingua.

IN *questo membro è vna certa particolare qualità, & sostanza (come dice Galeno) perche ha la carne più fongosa, & sanguigna, ma per esser spesso piena di salina, si rende humida, & tale qualità produce anco nello stomaco, come dice vno: ma vn'altro dice, che se sarà presa con misura, nutrisce temperatamente, ma se non è d'animale giouene, & grasso, è sempre dura, & di cattiuo sapore.*

La qualità della lingua.

Quando è dura, & cattiua.

Delle parti de gli animali pedestri, che non hanno carne, della cotica, & della cartilagine. Cap. xX.

LE *particelle, che non hanno carne, sono le orecchie, grugni, piedi, & in alcuni animali vi si possino aggiungere li labri, se sono molto cartilaginosi, & tutti questi, si come non hanno grasso, così non hanno quasi carne alcuna, & per questo si cuociono con difficoltà, danno pochissimo nutrimento, ma per il lentore, che hanno, (come dice Galeno) passano facilmente per il ventre. Nelli porci li piedi sono migliori, che il grugno: ma questo è poi migliore dell'orecchie, le quali per esser composte solamente di cartilagine, & di cotica, ch'è molto neruosa, come communemente si dice, con gran difficoltà si alterano nello stomaco: però quelli de gli animali, che lattano, & de' giouani, si cuociono con manco difficoltà, ma sono di pochissimo nutrimento. La cartilagine de gli animali perfetti a pena si può cuocere: ma quella de gli animali*

Quali sono li membri, che non hanno carne.

Qualità di queste parti.

Nel porco li piedi sono migliori del grugno, & questo è migliore dell'orecchie.

Differenza della cartilagine de gli animali.

mali che cresçono, se sarà ben tritata in bocca, & poi ben cotta nel ventricolo, da pure nutrimento al corpo, ma è molto poco. Così nelli vitelli, li piedi sono megliori, che il grugno, & l'orecchie, & la medesima proportione si deue osseruare in tutti gli altri animali, con anteporre sempre li gioueni alli vecchi, & li grassi alli magri.

Li piedi del vitello sono migliori del grugno, & dell'orecchie.

Del cuore.

La qualità del cuore.

IL cuore con difficoltà si cuoce, & tardi si distribuisce: ma se pure è cotto bene (come dice Galeno) non è di cattiuo nutrimento.

Del polmone.

Le qualità del polmone.

IL polmone per esser quasi come vna spongna, se se ne mangia in copia, gonsia il ventre notabilmente, & si come ha in se poco succo, così da anco poco nutrimento. Galeno dice, che è pituitoso, forse perche si cuoce difficilmente, & perche per la sua leggerezza, & rarità scende dallo stomaco molto tardi, eccetto se per esser mescolato con altri cibi, scende a basso con essi, come suole auuenire a quelli cibi, che lasciano nello stomaco la flegma, & simili altri humori crudi.

Del fegato.

Quali fegati siano meglion de gli altri.
Le qualità del fegato.

IL fegato de gli animali, che lattano, & che sono ingrassati, è migliore de gli altri, ma si cuoce con fatica nello stomaco, atteso che si come nel cuocerlo alesso, ò arrosto, si fa più duro, così fa nel ventricolo, & massime caldo. Quando è riscaldato, & ingiottito col sangue, sempre si fa più duro, & repugna alla concottione, eccetto però se prima sarà ben tritato. Il suo succo (come dice Galeno) è grosso, ma non cattiuo, è tardo a passare per li meati. Quello di porco giouine ingrassato è il più stimato di tutti gli altri quadrupedi, ma al giudicio di molte persone è auanzato da quello del capriolo. Quello di gallina, & di cappone è poi migliore dell'vno, & l'altro, alli quali succede quello di oca, & di anetra.

Quello di porco è il più soaue.

Quali altri fegati siano buoni.

Della milza.

Qual milza è buona, & qual è cattiua.

QVANDO *la milza è rossa, perche il sangue che la tinge, è migliore, non è di così cattiuo succo, come quando tende al verde, ò al*

ò al nero, & per questo quella di porco, & massime giouine, essendo sempre rossa, non è dannosa, come anco quella di molti altri animali gioueni, quando è rossa, come di vitello, di capretto, & d'agnello. Alcuni guidati più dall'opinione, che dall'esperienza, dicono ch'è di sapore acerbo: ma se alcuno gusterà con diligenza quella di porco, non vi trouerà dentro tal sapore.

La milza di porco non è di danno.

Come la milza nõ è di sapore acerbo.

Delle reni.

LE reni sono di cattiuo succo, d'ingrato sapore, difficili da cuocere, ma quelle del capretto, che latta sono manco cattiue.

Le male qualità delle reni, & quali sono manco cattiue.

Delli ventricoli, delle matrici, & de gli intestini.

LE matrici, li ventricoli, & gl'intestini de gli animali quadrupedi, sono, (come si dice) di mal succo, si cuociono con difficoltà, scendono tardi al basso, & danno pochissimo nutrimento, quelli de gli animali che lattano sono migliori, & più soaui. Il ventricolo de gli vccelli, perche è coperto di carne non molto fibrosa, leuata la membrana di dentro, come si suol fare, si cuoce, & nutrisce, come la buona carne: di tal sorte è quello della gallina, del cappone, & del papero, massime quando sono assai grassi.

La qualità di questi membri.

La qualità buona delli ventricoli de gli vccelli.

Del sangue.

IL sangue di tutti gli animali (secondo Galeno) si deue leuar fuori del numero di tutti li cibi, perche quanto più si cuoce, tanto più si fa duro, a pena si cuoce nello stomaco, nutrisce poco, passa tardi. Quello del porco è manco cattiuo, non è stimato se non dalla plebe.

Per qual causa il sangue è cattiuo.

Quello del porco è manco cattiuo.

Della grassa.

LA grassa, se è presa in copia, produce nausea, satolla presto, leua l'appetito, mette lo stomaco sottosopra, si distribuisce con difficoltà, da cattiuo, & poco nutrimento, lubrica il ventre: ma se l'huomo se ne serue per condimento, non solo non porta danno alcuno, ma è di piacere, & è soaue.

L'effetto cattiuo della grassa.

L'effetto buono della grassa.

De

De gli oui.

Le qualità buone de gli oui.

GLI *oui delle galline sono buonissimi, massime delle giouani, grasse, & calcate dal gallo, ma molto più se sono freschi, nutriscono assai, & presto, augumentano il seme, & massime il lor chiaro, quando sono tremanti, & poco cotti, ancor che altri dicano in contrario: percioche se alcuno proverà con diligenza, quello ch'io dico, troverà certo che il fatto sta a questo modo, che se bene il chiaro, come difficil da cuocere, è biasmato da tutti, questo nasce forse perche si piglia ò crudo ò troppo cotto, ma quando trema, per esser cotto moderatamente, non solo non è duro da cuocere, ma anco, oltra ch'è più soaue al gusto, che il rosso, si cuoce più facilmente nello stomaco, & più presto si distribuisce nelle vene, cosa che facilmente si conosce da quelli, che n'hanno mangiato assai abbondantemente: percioche questi si fanno ben presto inclinati, & pronti al coito. Oltra di questo li oui sono molto differenti per la cottura: percioche alcuni sono cotti assai, altri solamente tanto, che sono alquanto condensati, altri poi solamente scaldati, & secondo queste differenze si chiamano alcuni duri, alcuni tremanti, & alcuni da sorbire. Li tremanti (secondo Galeno) sono eccellentissimi per dar nutrimento al corpo, quelli da sorbire nutriscono manco, ma vanno al basso più facilmente, leuano l'asprezza delle fauci, & qualche volta conturbano lo stomaco. Li duri poi sono difficili da cuocere, passano tardi, danno più grosso nutrimento al corpo. Gli oui poi sperduti (come si dice) nell'acqua, ò nel brodo, pur che siano teneri, s'accostano alla natura delli tremanti, ma li fritti offendono le fauci, inaspriscono la voce, si cuociono con difficoltà, & quanto più sono cotti, tanto più sono cattini. Finalmente gli oui (come dice Hippocrate) hanno non sò che del robusto, nutriscono, & gonfiano. Hanno del robusto perche da essi si genera vn'animale. Nutriscono perche l'ouo è il latte del pollo, gonfiano poi, perche d'vna piccola mole si distendono in vna grande, & doue alcuni pensano, che faccino la vita breue, & che portino danno a quelli, che hanno pietre nelle reni, & nella vesica, si vede che l'esperienza gli repugna: percioche la maggior parte delle monache, & delli frati, per non mangiar carne, si nutriscono d'oua, li quali (se così fosse) sariano di corta vita, & la maggior parte patiriano di pietra; cosa però che non è stata osseruata da alcuno, nè adesso, nè per il passato.*

Il chiaro è più sano del rosso, & per qual causa.

Il chiaro è più soaue, che il rosso.

La differenza tra gli oui per la cottura.

Quali sono migliori di tutti.

La qualità de gli oui sperduti.

Il danno che portano li fritti.

Gli oui hanno tre qualità, cioe sono robusti, nutriscono, & gonfiano, & come ciò s'intenda: perche hanno del robusto, perche nutriscono & perche, gõfiano.

Come gli oui nõ generano pietre nelle reni.

Del

Del latte.

TRA *le spetie di latte, che per ordinario si mangia, & si beue quello di capra è il migliore. Il secondo è quello di pecora. Il terzo è quello di vacca. Ciascuno di questi è di buon succo, nutrisce assai, lubrica il ventre, ma hora più, & hora meno. Quello di primauera è più aquoso, che quello di estate. Il più lodato è il bianco, vgualmente grosso, fatto dalla femina sana, carnosa, & giouine, & che non sia nè troppo vicino al parto, nè troppo lontano, come nella donna dicesi, ch'è buono, quando son passati li quaranta giorni dopò il parto, & che dopoi non sono ancor passati li due anni: percioche quanto più s'accosta al parto, tanto più è aquoso, & quanto più se n'allontana, tanto più è denso, & grosso. E' più in vso nel principio dell'estate, che d'altro tempo: percioche nel fine dell'estate, è troppo grosso. Et benche alcuni voglino, che il latte premuto, ò condensato, sia graue allo stomaco, & che mandi cattiui vapori alla testa, & con difficoltà si cuocia, se però sarà preso col siero, non porta danno alcuno: percioche il siero di nuouo mescolato nello stomaco col latte, porta seco alle vene la più sottil parte, & lubrica il ventre, se piglierà la strada de gli intestini. Oltra di ciò il latte gonfia lo stomaco, & gl'intestini: è di danno a quelli, che patiscono della milza, & del fegato, & che sono soggetti alle vertigini, & alli morbi de' nerui. Se spesso se ne beue, causa dolor di testa, corrompe le gengiue, offende li denti. E' d'auuertire, che non si deue pigliare nè con cose acide, nè con pesci.*

Qual latte ha il primo loco in bõtà, quale il secondo, & quale il terzo.

Di qual tempo il latte è migliore.

Il latte della donna, quanto deue esser lontano dal parto acciò sia buono.

Il latte vecchio si fa grosso.

Quando il latte è più in vso.

Come deue esser il latte premuto, acciò non sia mal sano.

A quali persone il latte è cattiuo.

Effetti cattiui del latte.

Con che non si deue pigliare il latte.

Del capo di latte.

ALCVNI *pensano, che per la troppa grassezza rilasi lo stomaco, nuoti sopra il cibo, & che faccia scender il cibo dallo stomaco più presto del douere, mandi vapori alla testa, & che generi grosso succo. Ma noi credemo, che sia cibo soaue, che mollifichi il corpo, & per questo non trattenendosi troppo nello stomaco, non può manco offender la testa.*

Come il capo di latte non è mal sano.

Del butiro.

IL *butiro preso copiosamente solue il ventre, oscura il sapore de gli altri cibi, conturba lo stomaco, leua l'appetito. E' molto vtile per*

Le qualità buone & cattiue del butiro.

cauar il catarro dal petto, se alquanto se ne mette sopra la lingua, & pian piano si lascia andar al petto, & massime se è composto con altre cose al proposito: ma se si piglia in maggior copia, oltra che eccita tosse grande, è anco di pochissimo nutrimento.

Del cascio d'ogni sorte.

Le qualità del cascio.

TVTTO *il cascio (come pensò Galeno) è di succo grosso, & è cibo (secondo Hippocrate) non solo crudo, ma che quasi non si può cuocere, è poi insieme di danno grandissimo, a quelli, che hanno beuuto vino assai; è crudo, perche è difficile da cuocere, & quanto più si scalda nel ventricolo, tanto più suol venir duro. E' poi difficile da cuocere, perche a pena si cuoce, & massime dalli deboli, & che non si esercitano, nuoce alli gran beuitori, perche il vino quanto più indura la carne, & molti frutti, più che non fa l'acqua, tanto più indura il cascio, che già da se è sodo, & quasi lo riduce in forma di pietra. Quello, che è più molle, è migliore del duro. Quello che è mediocremente raro è migliore del denso, & ben giunto insieme, & calcato. Il saporito è migliore dell'insipido. Quello che non rappresenta al gusto alcuna vehemente qualità, ma più presto dolcezza, sopra gli altri sapori, è migliore dell'acetoso, & di qualche altro sapore fastidioso. Quello che è mediocremente salato, è migliore, che il troppo salato. Quello dal quale, poi c'è mangiato, nascono pochi rotti, & quelli pochi presto cessano, è migliore di quello, li cui rotti durano molto più tempo. In somma il cascio (secondo Hippocrate, nel secondo della dieta) ha queste qualità, cioè. Ha non sò che del robusto, nutrisce assai, è assai caldo, causa sete, genera flati, ferma il ventre: ha del robusto, perche subito che l'animale è nato, non solo lo nutrisce, ma lo fa fermo, & gagliardo. Nutrisce assai, perche il cascio è la più soda parte del latte, è caldo, non solamente perche è grasso, ma perche essendo duro da cuocere, lo stomaco se gli affatica intorno tanto, che spesso si scalda: & per questo non solo causa sete, ma ancora eccita fluti, perche lo stomaco per la molestia che sente dal cascio, si sforza di cacciarlo da se, & tanto si affatica in questo, che in esso si leua alquanto di flato, come si vede in alcuni, li quali col cacciar qualche cosa da se con gran violenza, & sforzo, cacciano sempre fuori del corpo qualche flato. Ferma il ventre, perche si prina dell'humor sieroso, eccetto però se sarà fresco. Hippocrate ha detto, che gioua alli magri: ma questa sententia ha luogo in quelli,*

Nuoce a quelli, che hanno beuuto vino assai.

Come è difficile da cuocere.

Come il vino fa duro il cascio.

Quale è migliore.

Alcune qualità, che ha il cascio.

Perche ha del robusto.

Perche nutrisce.

Perche è caldo.

Perche causa sete, & genera flati.

Perche ferma il ventre.

Come s'intende, che il cascio giouu alli magri.

quelli che naturalmente crescono, massime se è fresco, talche se altrimente sarà intesa, non solo non giona alli vecchi, perche sono in declinatione, ma più presto sommamente gli nuoce.

Come non può giouare alli vecchi.

Del cascio fresco senza sale.

IL fresco senza sale non molto calcato, & che ancora ha in se alquanto di siero, non è di cattiuo nutrimento, nutrisce, & commodamente piace al gusto, giona alli magri, & a quelli, che hanno lo stomaco gagliardo, si distribuisce facilmente per il siero, che ancora ha in se, si come hauemo detto del latte condensato. Dioscoride dice, che accresce il corpo, & lubrica leggiermente il ventre.

Le qualità buone del cascio fresco senza sale.

Del cascio salato.

IL cascio salato, & formato dal latte condensato per il quaglio, si fa tanto peggiore, quanto più s'inuecchia: perche dal quaglio acquista l'acrimonia, perde l'humore, si fa più caldo, si cuoce con difficoltà, & in somma si fa di peggior succo. Secondo uno genera le pietre nelle reni, fa obstruttione nel fegato, stringe il uentre. Ma il cascio di pecora, per non esser condensato col quaglio, ma con li fiori di carcioffo, come si dice, si fa con poco sale: si come è più soaue, & dolce al gusto, così anco nell'inuecchiarsi non si fa agro, onde con ragione è migliore de gli altri. Il marzolino di meza età deue esser anteposto a tutti quelli, che sono fatti col quaglio. Il cascio di vacca, se bene è più grasso, & nutrisce più, è però più difficile da cuocere. Quello di capra inuecchiato è peggiore, come quello, che subito si essicca, & diuenta friabile. Quello di bufalo chiamato prouatura, piace bene alla bocca, & si conosce ch'è dolce, ma poi difficilmente si cuoce, perche è d'una sostanza molto grassa, & lenta.

Il cascio quanto più è vecchio, tanto più è cattiuo, & onde acquista queste qualità.

Le qualità cattiue del cascio.

Come il cascio di pecora non è condensato col quaglio, ma con li fiori di carcioffo.

Il marzolino di meza età è il migliore di tutti quelli, che sono fatti col quaglio.

La qualità del cascio di vacca, & di capra.

Perche il cascio di bufalo è difficile da cuocere.

Finalmente ogni sorte di cascio per quanto sin'hora hauemo prouato, muoue catarri, & tosse in quelli, che passano la vita senza essercitio: percioche non potendosi cuocere nè liquefare, se non con difficoltà, si stringe in se stesso, & s'indurisce, & si ritiene più longo tempo nello stomaco, nel qual poi per il suo lentore, diuiene alquanto molle, & spargendosi per le sue tuniche, & massime verso la bocca, produce una certa nausea per mezo della quale la natura cerca di liberarsi da quel fastidio, & così quasi come che l'huomo vomitasse, quell'humore salta su per la gola, &

A quali nuoce l'vso del cascio, & come nuoce.

Vn'effetto notabile, che fa il cascio nello stomaco.

Nota vna sorte di tosse, che non procede da catarro.

andando per le fauci nella trachea arteria, più presto, che in bocca, perche gli è più commoda, iui causa vna subita tosse, la qual inganna molti medici, che pensano che sia catarro, & non è. Lascio da canto, che manda molti vapori alla testa, doue poi condensati, cascano di nuouo nelle fauci.

Della ricotta.

La qualità della ricotta. A quali gioua, & a quali nuoce.

LA ricotta fresca, secondo gli Arabi, trauaglia meno lo stomaco, che il cascio fatto di fresco: gioua a quelli, che patiscono catarri caldi, smorza la sete, prouoca il sonno. Ma nuoce poi a quelli, che hanno lo stomaco freddo, & che patiscono de' nerui, la vecchia poi si cuoce con difficoltà, causa sete, offende la testa, nutrisce poco, stringe il ventre, & genera flati.

Del mele. Cap. xxi.

Qual è il meglior mele.

QVEL mele è ottimo, ilqual tende al color bianco, com'è lo spagnuolo, & che non ha nè odore, nè sapore di cera, & in somma, che non ha altro sapore, che la dolcezza, & anco è senza acrimonia, la quale non viene dalla bontà del mele, come molti pensano, ma da qualche diffetto, ch'è ò nelle api, ò nel lor nutrimento, come vno ha creduto.

Che l'acrimonia nel mele non vien dalla bõtà del mele, & onde nasca.

A quali il mele è vtile.

Il mele nutrisce più che il vino.

Qualità del mele, & a quali è di danno.

E' vtile alli vecchi, & al tempo dell'inuerno. Galeno pensa, che ne porti poco nutrimento, ma nutrisce però più, che il vino, come insegna Hippocrate, muoue il flato, & più spesso satolla, nuoce particolarmente a quelli, che patiscono di fegato, & di milza, & dicono, che quando è crudo, genera flati, ma non già quando è cotto, come quello, che nel cuocersi lascia la spuma, & per questo credono, che il flato si risolua.

Come il mele muoue flati secondo alcuni.

Secondo Hipocrate è cosa vana cuocer il mele.

Se il mele già cotto di nuouo si cuoce, genera tanta spuma come se fosse crudo.

Per qual causa il mele genera flati.

Ma perche Hippocrate dice, che è cosa vana cuocere il mele, se non è cattiuo, & di più quando è cotto, se di nuouo si cuoce, non fa quasi manco spuma, ne s'inalza manco in tumore, di quello, che facesse inanzi, che fosse prima cotto, è cosa più ragioneuole trouar qualche altra causa di questo flato.

Però dico, che per esser il mele dolce, è tirato con grande auidità dalle parti del corpo, doue può passare, & iui poi, perche tanto piace è ritenuto, & questo effetto seguita più per il suo lentore, ilqual non lo lascia partir dal luogo, doue già si è fermato alquanto. In tanto poi

per

per l'attione del calor naturale, che mai sta in otio, è necessario, che si scaldi, & che quasi bolla, talche nel bollire è necessario, che anco si stenda, & occupi più luogo, & che poi non possa per il suo lentore risolversi così facilmente, & tanto più perche le parti, doue si troua, allettate da quella soauità, & dolcezza, lo tirano a se tutte insieme con ogni sua forza. A questo modo il fegato, & la milza gonfiano principalmente per il mele, ma non già per hauer mangiato piedi d'animali quadrupedi, & malua, con tutto che anco queste cose habbiamo copia grande di lentore in se. Il mele adunque perche è lento, & dolce, è ritenuto dalli membri, ilche non accade all'altre cose, le quali se bene hanno il lentore, non hanno però la dolcezza. Et a questo modo il mele preso a digiuno, subito satolla: percioche ò sia nello stomaco, ò sia nel fegato, vi si mette, & vi s'attacca con tanta vnione, per il lentore suo congiunto con la dolcezza, che non lascia riccuere alcun'altro cibo, ne manco si può distribuire a gli altri membri, essendo con tanto affetto ritenuto da quelli, doue si troua.

Come il mele per il bollire genera flati.

In qual modo il fegato, & la milza gonfiano per il mele.

Perche il mele è tirato, & ritenuto dalli membri.

Per qual causa il mele satolla se è preso a digiuno.

Del zuccaro. Cap. XXII.

IL Zuccaro è senza acrimonia, nutrisce manco del mele, causa manco sete, netta manco, alcuni vogliono che quanto più è rosso, tanto più sia caldo. Vn certo Autor Greco mette, che'l vecchio è migliore, che il fresco, & che nell'inuecchiarsi si fa più sottile, & più caldo, & che produce dolor di testa, ma che poi distemperato nell'acqua, piglia in se la frigidità dell'acqua, & a questo modo rinfresca. Abbrusciato, posto in profumo, & odorato, sana le distillationi della testa. Alcuni Arabi hanno detto, che gioua al dolor colico, se è beuuto insieme con oglio d'amandole dolci.

Le qualità del zuccaro.

Il zuccaro vecchio è migliore che'l fresco.

In qual modo il zuccaro rinfresca.
Se è abbrugiato, & posto in profumo a chi gioua.
Se è beuuto con oglio d'amandole dolci gioua a dolor colici.

Del marzapane.

DEL Zuccaro, & delle mandole dolci si fa il marzapane, il qual'è vna mistura molto soaue, & grata quasi a tutti gli huomini, si crede che ristori le forze, però si da a tutti li conualescenti, & alli deboli; ma non solo non fa questo effetto, anzi più presto fa fuor di modo tutto l'opposito: percioche preso in manco quantità che molti altri cibi, satolla più presto, & più presto leua l'appetito, oltra di questo

Con che si fa il marzapane.

Per qual causa si da alli conualescenti, & deboli.

Come il marzapane non ristora, ma fa effetto contrario.

Satolla, & leua lo appetito piu pito.

Si cuoce difficilmente, tardi si distribuisce.

Causa obstruttione, graua la testa, debilita le forze.

La causa di tutto questo.

Perche il marzapane satia presto.

Perche passa lentamente per li meati.

Come causi opilatione nella milza, & nel fegato.

Come non sa questi effetti per la dolcezza sola.

Come li cibi salati, & acidi, nō causano satietà, se bene tanto piacciono.

Per qual causa nuoce alla testa.

Per qual causa debilita le forze.

A quali può giouare il marzapane.

Come gioui al tēpo della quaresima.

sto con difficoltà si cuoce, si distribuisce tardi per il corpo, è causa di obstruttione nelle viscere, cioè nel fegato, & nella milza, graua la testa, & debilita le forze. Perciochè tutto quello che ha in se di dolcezza, com'è il mele, & il zuccaro si stende dal calore in maggiore ampiezza, getta spuma, s'ingrandisce, & gonfia, & di più hauendo seco giunto il lentore, & la grossezza dalla sostanza con la giunta del caldo, ne seguita che per il lentore, bolle, & per la grossezza si tarda, & si ferma nel luogo, doue si troua: da questo nasce che l'huomo si satia presto, & perde l'appetito, come s'hauesse preso gran copia di cibo. Passa poi lentamente per li meati, perche nel bollire, & nel gonfiare che fa ne' vasi, per li quali passa, s'attacca, & impedisce se stesso, talche non può andar innanzi, per la qual cosa passando per la milza, & per il fegato, doue sono sottilissimi, & strettissimi vasi, ini per il lentore, & grossezza sua trattenuto, chiude, & gonfia l'vno, & l'altro di quelli membri. Nè è vero quello che molti si pensano, che empia così subito il corpo, & che per la dolcezza, che ha in se, che tanto ne piace, sia con tanta violentia tirato alli membri, perche se fosse solamente dolce, & non hauesse alcun lentore, non si fermaria tanto nel fegato, & nella milza, & ini non faria alcuna obstruttione ò tumore, ma indi saria tirato con grande auidità più oltre alle carni, & a gli altri membri, poiche il dolce è tanto desiderato da tutti, & li detti membri restariano liberi da quel peso. Oltra di questo vi sono molte cose, che desideriamo con grande affetto, come sono li cibi salati, & acidi, li quali però non producono alcuna satietà, eccetto però se l'huomo ne piglierà in gran quantità. Et così hauemo assignato la causa, perche il marzapane satia presto, perche si distribuisce tardi, perche causa opilatione nel fegato, & nella milza. Nuoce poi alla testa, si per le mandole, che sono dure da cuocere, si ancora per le qualità, che hauemo detto essere nel zuccaro, perche trattenendosi molto tempo nel ventre, & nelle vene vicine, manda li vapori grossi, & contumaci al ceruello, il quale poi perciò ne patisce, per le quali cose tutte ancora, essendo tanto tardi a dar al corpo quel nutrimento, che si aspetta da lui, ne nasce che debilita le forze. Se però accaderà, che alcuno che soglia mangiar bene la mattina, sia sforzato a star sobrio, vn pezzetto di marzapane gli gioverà, perche lo manterrà facilmente tutto il giorno senza patire, onde poi colui potrà cenare allegramente, & bene. Giona ancora nella Quaresima, nella quale si mangiano cibi humidi, & di poco nutrimento, perche mescolato con essi impedisce, che non passino così facilmente come fariano, talche fermandosi

mandosi alquanto più, danno anco alquanto più di nutrimento. Al tempo del freddo, & massime nell'inuernata, è molto più al proposito, ma nel caldo, & nell'estate è di danno, & è causa di gran caldo. Ma quello, che è fatto di pignoli, come è vsanza, è molto meglior, che fatto di mandole; questo danno però non intrauiene a' putti, che si nutriscono di latte, che è tanto dolce; perche si come cresceno presto, & in grande ampiezza, così ancora li loro vasi, & le loro tuniche, che contengono questi humori, si stendono, & s'ingrandiscono in maniera, che il latte, & ciò che è seco, non si ferma molto in questa età nelle prime cauità, & viscere, ma passa presto per tutto il corpo.

Come al tempo del freddo è vtile, ma nuoce al tempo del caldo.

Come il marzapane fatto cõ pignuoli è migliore.

Come, & per qual causa il latte se bene è dolce, nõ può fare questi effetti cattiui ne' putti, che lattano.

Delli mostaccioli.

QVESTI si fanno di Zuccaro, di cinnamomo, di rossi d'oui, & di farina di frumento senza lieuito. Alcuni li pigliano a digiuno, & inanzi gli altri cibi, per confortar lo stomaco sobrio, & debile; ma più presto lo debilitano, & non gli fanno manco danno, di quel che faccia il marzapane; perciochè essendo fatti di frumento senza lieuito, è necessario, che nutriscano con fatica dello stomaco; dall'altro canto lo stomaco debile non ha di bisogno di cose, che si cuociono con fatica, ma di quelle, che si cuociono facilmente. Oltra di questo entrandoui il cinnamomo in notabil quantità, ilqual, come hauemo detto, nè nutrisce, nè conforta, ma più presto liquefà, facendo questo effetto nello stomaco debile, l'estenuerà di maniera, che perdendo quasi tutto il suo humido naturale, si farà (per modo di dire) tabido; & perche in questa mistura è assai assottigliato, s'attaccarà alle membrane interiori dello stomaco, ilqual per esser sobrio, & senza molto humore, & quasi come nudo, sentirà facilmente ogni sua qualità, la quale ò con pungerlo, ò con dargli qualche altro trauaglio, impedirà che il cibo non si potrà cuocere come si deue; & a questo modo si potrà facilmente dire con verità, che doue queste cose sono ritrouate per ristorar lo stomaco, lo debilitano, & lo conturbano più, & in somma fanno più presto tutto l'opposito. Ma però presi parcamente, & massime nell'inuernata non nociono a quelli, che sono pieni di humore, & che hanno lo stomaco flegmatico, & a quelli ancora, i quali (come di sopra hauemo detto) sono forzati a digiunar contra il suo solito. Ma alli magri, & a quelli, che mangiano poco, massime all'estate, sono di gran danno.

Come si faceiano li mostaccioli.

A qual fine si pigliino a digiuno.

Come presi a digiuno debilitano lo stomaco.

Il cinnamomo nõ nutrisce, nè conforta, ma liquefà.

Il danno, che portano li mostaccioli al stomaco, per il cinnamomo.

Come li mostaccioli nociono, & non giouano.

A quali possono giouare.

A quali sono di molto danno.

Del sale. Cap. XXIII.

Le qualità buone, & cattiue del sale.

IL sale (come dice Dioscoride) astringe, con assottigliare le cose, presto le caccia fuori, sommamente mondifica, caccia in diuerse parti, reprime, estenua, difende li corpi dalla putredine, pur che sia vsato come si deue. Produce croste; vn Autor Greco dice, che prouoca il ventre, se l'huomo ne piglia più del douere; abbruscia il sangue, offende il ceruello, debilita la vista, sminuisce il seme genitale, eccita il prorito, nuoce alle viscere, & a gli intestini. Perche poi tanto piaccia a tutti gli huomini, l'hauemo dichiarato a bastanza, nel primo libro del mal francese.

Delli salumi.

Le qualità delli salumi.

TVTTI li salumi se saranno mangiati spesso, & in grande abbondanza, scaldano, essiccano, causano sete, prorito, & scabbia. Nociono a quelli, che hanno difficoltà d'orina. Ma se l'huomo ne pigliarà parcamente, eccitano l'appetito, & prouocano il ventre leggiermente: si mangiano crudi, & cotti; a cuocerli è bisogno di poco foco, come accenna il prouerbio antico, il quale soleua dirsi da alcuni, che desideratiano ch'vna cosa si facesse presto, cioè; Questo si faccia in manco tempo, che non si cuociono li salumi. Tutte quelle cose, che si salano quanto più humide sono di natura, tanto migliori riescono, come si vede nella carne di porco, & del tonno.

Come si mangiano, come si cuociono.

Nota il prouerbio sopra li salumi.

Le cose, che si salano deuono esser humide.

Come si faccia la bottarga.

Hora gli oui delli cefali sono in gran stima, li quali si cauano, dalla pancia delli cefali freschi; in Greco si chiamano ὠοτάριχα, cioè oui salati, noi li chiamiamo bottarga.

Come, & doue si faccia il cauiaro.

Vi è poi anco il cauiaro fatto de gli oui del storione nel mar maggiore, ilquale (secondo alcuni) si stima, che sia il garo de gli antichi; è manco saporito, che la bottarga, ma è più salato.

Vi sono anco quelli pesci chiamati da noi sarde, da altri trichie, & poi le alici; le quali sono molto frequenti per vso delle famiglie.

Come gli arenghi si conseruino.

Gli arenghi poi di longhezza d'vn piede, conditi con il sale, & con il fumo s'antepongono alle sarde, & alle alici salate, quando non hanno in se alcun fetore.

La salmona poi, la qual ogn'anno è condotta da Fiandra salata, perche ha perduto la sua prima bontà, è cibo solamente della plebe.

Ma

Ma sarà meglio lasciar da canto questi pesci, & altri simili, per esser molto conosciuti da tutti, & così anco si può dir della parte del tonno, che non ha grasso, chiamata volgarmente tonnina, da gli antichi chiamata Cybia, & Sorea. Si potrà anco lassar quell'altra parte chiamata tarantello; poi che tra l'vna, & l'altra non ci è altra differenza, facendosi ambidue dall'istesso animale, se non che la tonnina si fa della parte più magra, & il tarantello della parte più grassa.

Differenza tra la tonnina, & il tarantello.

De gli aromati, cioè spetie. Cap. xxiiii.

Tvtte le specie scaldano, & insieme liquefanno il corpo, ma vna più, & vna meno. Quando son secche, & lignose, non si possono in modo alcuno cuocere; sono di giouamento a gli humidi assai, & a quelli, che hanno molta pituità nello stomaco: sono poi di danno a gli estenuati, & a quelli, che hanno lo stomaco vacuo; prouocano ancora l'orina, ma hora più, hora meno.

La qualità delle spetie.

A quali giouino, & a quale nocino.

Del cinamomo.

Il cinnamomo (secondo gli Arabi) apre le obstruttioni del fegato, conforta lo stomaco, augumenta il seme (secondo Diosc.) poi prouoca l'orina, mollifica, matura, resiste alli veneni, non solo a quelli che sono presi per bocca, ma a i colpi, & a i morsi de gli animali venenati; purga la caligine de gli occhi, gioua alla tosse, alli catarri, all'hidropisia, al dolore delle reni, & alla difficoltà dell'orina.

La qualità, & virtù del cinnamomo.

Del zafarano.

Il Zafarano (come dice Diosc.) matura, mollifica, moderatamente astringe, prouoca l'orina, fa buon colore: si crede che gioui alla milza, che inciti al coito, che beuuto in manco quantità d'vna drãma, affretti il parto alle donne grauide, che vale contra l'imbriachezza, che eccita l'appetito. Ma se si piglia in maggior quantità del douere, causa dolor di testa, prouoca il sonno, offusca li sentimenti, genera nausea, & leua l'àppetito.

La qualità del zafrano, l'vtile, & dãno che da esso seguita.

Delli garofoli.

Di qual tempo li garofoli son più ſtimati. Et qual effetto faccino.

SI giudica che di queſti, nè Dioſc. nè Galeno ne habbia ſcritto: ſono più ſtimati l'inuernata, che l'eſtate, & piacciono più per l'odore, che per il ſapore; tanto più perche ſe l'huomo ne piglia vn poco

Le qualità ſue ſecondo gli Arabi.

più del douere, la bocca ſe gli fa ſubito amara. Gli Arabi ſi penſano, che aiutino la concottione, che ſtringhino il fluſſo di ventre, che incitino al coito, che giouino all'offuſcatione de gli occhi, che eccitino l'appetito, che tenuti alquanto in bocca faccino buon fiato.

Del Galanga.

DI queſta parimente, nè Dioſc. nè gli antichi Greci hanno ſcritto coſa alcuna. Ma da gli Arabi, & da alcuni moderni Latini

La qualità del Galanga verſo il ceruello che habbia patito, & patiſca per freddo. Altri ſuoi effetti.

ſi crede, che applicata alle narici ſia di grand'vtile al ceruello c'habbia patito, & patiſca per freddo; che tenuta in bocca faccia buon fiato, che gioui alla ventoſità della matrice, che ſcaldi le reni raffreddate, che riſolua il fluſſo, che ecciti al coito, che augumenti il ſeme, che dia aiuto a quelli, che hanno lo ſtomaco humido, & in ſomma gioui a tutti li mali freddi.

Della noce moſcata.

Le qualità, & conditioni della buona noce moſcata.

LA noce moſcata è buona, s'è freſca, roſſa, graſſa, & graue, & queſta ha vn poco d'attrattiua virtù; ſecondo alcuni ha virtù di eſtenuare la milza, di prouocar l'orina, di ſermar il fluſſo di ventre, di riſoluer il ſtato, di prohibir il vomito, di aſſottigliar la viſta, di confortar lo ſtomaco, maſticata, di cacciar il puzzor del fiato, di giouar fuor di modo alle diſpoſitioni fredde della matrice; ma poi offende li polmoni.

Del pepe, il quale ſi come di ſopra fu poſto tra li ſemi, così in queſto luogo ſi mette tra le ſpetie.

Tre ſono le ſorti di pepe, & quali. Le qualità di tutte tre.

TRE ſorti di pepe vanno in volta, cioè il longo, il bianco, & il nero, il bianco è da manco de gl'altri dui. Tutti queſti ſcaldano, pro-

no, prouocano l'orina, & lubricano il ventre, come hauemo al lungo insegnato nel libro di lubricar il ventre. Preso in forma di lambitiuo, & di beuanda, secondo Dioſc. gioua a quelli che hanno la tosse, & a tutte le male dispositioni del petto; masticato purga la flemma per bocca, eccita il sonno, & l'appetito, gioua alla concottione, racconcia lo stomaco humido, gioua alli grassi, & a quelli che stanno in otio. Ma se sarà preso troppo spesso, & in quantità, estenua il corpo, consuma il seme, noce alle reni. Si deue far elettione del fresco, di quello che è graue, & pieno, & non rugoso, & crespo. Il negro poi è in maggior stima, che il bianco, per esser più acre, più grato, & più odorato, & in somma è più vtile, & più soaue per condir le viuande.

A quali noce il pepe.

Quale è il meglio pepe.

Del gengeuo.

PERCHE *facilmente il gengeuo si putrefà, intendendo con questo nome la radice, si deue far elettione di quello, che non è tarlato, secondo Dioſc. gioua alla cõcottione, lubrica leggiermente il ventre; è molto commodo allo stomaco, resiste a quelle cose, che offuscano la vista, in somma è quasi dell'istesso valore del pepe: secondo alcuni Arabi, gioua alli vecchi, & alli flegmatici. E' poi cosa credibile, che quando è condito non porti giouamento alcuno (così semplicemente parlando) alli stomachi freddi, & pituitosi. Ma se per sorte l'huomo impedito da negotij non può mangiar la mattina a suo modo, in tal caso, acciò che lo stomaco non resti affatto senza qualche trattenimento, è bene a pigliarne vn pezzo ò dui, li quali per esser alquanto difficili da cuocere, saranno che potrà senza notabil danno aspettar la cena.*

Il gengeno si carsa facilmente.

A quali membri gioui.

Il cõdito non gioua a cosa alcuna, & come si pigli.

Quali son quelli huomini c'habitano Roma.

Cap. x x V.

POI *c'hauemo dato fine al ragionamento del sito di Roma, dell'aere, de' venti, delle stagioni dell'anno, dell'acque, & di quelle cose che si beuono, & che si mangiano, seguita che dichiariamo quali sono gli huomini c'habitano in Roma, quali cibi, & di qual sorte vsino, & per quanto tempo sogliono viuere.*

Qual sorte di nation suol habitar Roma.

Sono adunque in questa Città molte, & varie nationi, ma principalmente Italiani, Spagnuoli, Francesi, & Tedeschi: di questi, alcuni vanno, & vengono, alcuni di continuo si fermano quà: alcuni anco, ò che si fermano poco tempo, alcuni molto, ò sempre. Di questi che di continuo

Di quelli che dicõtinuo si fermano a Roma pochi son grassi.

si fermano in Roma, pochi vi sono che siano molto grassi, molti son quasi di mediocre corporatura, molti magri, ma non già estenuati. Di

Diuisione di quelli c'habitano Roma.

questi anco molti vi sono, la cui arte, è di sedere, come li sarti, & altri simili, alcuni stanno in continuo essercitio, alcuni altri (ma questi sono pochissimi) dati all'otio, alla gola, & alli piaceri; la maggior parte viuono in continui trauagli d'animo; & questi, ò perche litigano, ò perche attendono alli studij, ouero che si son dati alla cupidità de gli honori, & delli guadagni; ouero che hauendo posto tutto il suo fine in Dio, a lui drizzano ogni suo pensiero. Vi sono poi le donne, delle quali poche

Diuisione delle femine di Roma.

sono, che non habbiano marito, & le maritate assai, & spesse volte sono grauide. Le putte, & putti sono senza numero, li quali rare volte si

Putti, & putte senza numero.

alleuano dalle loro matri, ma da balie straniere. De' vecchi pochi ma-

Pochi maschi si fanno vecchi, ma molte femine, & per qual causa.

schi se ne trouano, ma molto più femine, & questo accade, perche li vecchi, & in giouentù, & nel resto della vita sono molto intemperati, & mal regolati nel viuere. Ma le donne per tutto il corso della sua età sono nel viuer loro costumate. Questo basta hauer detto di quelli, che conuersano in Roma.

Quanto poi spetta al nutrimento, che si piglia, è da sapere che pochi

Pochi possono digiunar a Roma.

sono, che possano digiunare; talche almeno mangiano due volte il giorno, & spesso anco più; & se non gli è prohibito dalli commandamenti della Chiesa, mangiano molto più carne, che non si mangia altroue, &

A Roma si mãgia più carne che altroue, & perche.

questo è, perche essendo li cibi di Roma di poco nutrimento, ancor che

Perche a Roma si mangia spesso, & in più quantità.

siano in gran mole (come di sopra hauemo detto) gli huomini sono sforzati mangiar più presto spesso, che rare volte, & più presto in più quantità, & in più sostanza, che in manco quantità, & in manco so-

Quel che si mãgia la primauera, & la Quaresima.

stanza. Nel tempo poi della Primauera, & massime di Quaresima si mangiano molte herbe, & legumi, & in particolare li poueri gran salumi, & li ricchi mangiano buoni, & molti pesci, & simili altre cose. Passata la Quaresima, & venuta la Pasqua, la maggior parte si nutrisce di cascio, & massime di prouatura, di butiro, di latte, & d'altri lat-

Quel che si mãgia la Pasqua.

ticinij, & insieme per cinquanta giorni in circa mãgiano carne d'agnella in quantità, & dopò questa seguita la vaccina per il resto dell'anno.

Quel che si mãgia l'estate.

All'estate poi non manca copia d'herbe, & massime di cauoli, tra li quali

li ca-

li capucci sono li più ricercati frutti d'ogni sorte, & massime meloni. Li disordini, che si fanno per andar alle vigne.
Sogliono ancora gli huomini spesso andar alle vigne con tutta la lor famiglia, doue nel giorno sono percossi dal sole; la sera poi cenano il più delle volte allo scoperto, & iui, poi che hanno molto ben sudato, beuono spesso copiosamente, & con grande auidità vini potenti giacciati, ò con la neue, ò nelle cauerne freddissime. Nell'autunno, & nell'inuernata mangiano abondantemente delle castagne, & dell'uua, sin tanto, che possano hauere della pergolesa; cauoli, & carne di porco; & poi per condimento vi hanno vino Romanesco vnto. Vi sono poi in particolare alcuni religiosi, li quali, per essergli prohibito il mangiar carne, non si nutriscono d'altro, che di cascio, d'oua, & di simili altre cose. Quelli poi, a' quali è concessa la carne, mangiano però anco molto spesso simili cibi. Tutti questi spesso digiunano, & spesso ancora, perche occorre in fra l'anno di far certi lunghi digiuni simili alla Quaresima, si guardano ancora affatto dal cascio, & dalle oua, & da tutte le cose grasse, & si contentano solo di herbe, di legumi, & di salumi, & simili altre cose; se ben alle volte, ma di raro, gli vien dato vn poco di pesce. Lasso hora da canto alcuni, li quali viuono tanto largamente, & delicatamente, & s'empiono il corpo cosi copiosamente, & non pensano mai in altro, che ogni giorno di satiare il loro sfrenato appetito, perche di tali se ne trouano pochissimi in questa città. Queste cose ho detto del viuere, che ha risguardo al mangiare, & beuere. Gli huomini poi viuono sino all'età di anni sessanta, non molti arriuano alli settanta, rari alli ottanta; più rari sono quelli, che arriuono alli nouanta; ma rarissimi poi arriuano alli cento. La causa è, perche li cibi, che mangiano, sono molto flussibili, & di poca sodezza (come disopra hauemo prouato a bastanza) & per questo li lor corpi nutriti di quelli cibi, presto cascano, & presto mancano. Per il contrario, quando il nutrimento è fermo & sodo, come è in Spagna, iui viuono molto più longo tempo, & iui si troua molto maggior numero di vecchi, & di più longa età. Vi s'aggionge poi l'aere di Roma, ilquale per esser necessario alla respiratione, non si può in conto alcuno schifare; & per esser molto simile al vento Austro (come disopra hauemo detto) fa che ancora questi corpi siano molli, & fiacchi, & facilmente risolubili. So anco, che gli errori, che si fanno, & le varie mutationi di tempi, le quali spesso quà occorrono, sono causa di molte infermità, & fanno più presto terminar la vita. Ma perche questo non accade naturalmente, nè

Quel che si mangia nell'autunno, & inuernata.

Sino a quanto tẽpo si viui a Roma.

Perche a Roma si viue poco tempo.

Come, & perche in Spagna si viue più longo tempo.

L'aere di Roma è simile al vẽto Austro.

Onde nascono le infermità, & la breue vita.

per

per necessità, & solo per accidente, & si possono schifare; però non mi fermo troppo intorno a questo. Hauemo sin'hora trattato qual sorte di gente habita in questa Città, qual vita faccino, fino a quanto tempo viuono. Resta hora, che trattiamo delle infermità particolari di Roma, & che diamo fine a quelle cose, che hauemo promesso nel principio.

Il fine del terzo Libro.

DEL

DEL VIVERE

DELLI ROMANI ET DEL CONSERVARE LA SANITA

Di Alessandro Petronio Da Civita

Libro Quarto.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.

Delli mali particolari di Roma. Cap. I.

PERCHE *spesso accade, che molti medici nel curar i loro infermi, consumano fuor di proposito molto tempo in metter la differenza tra il male, & li suoi accidenti, che da medici si chiamano sinthomati; & in questo fanno oscure le cose chiare, & lassano da canto quello, che saria da dire; acciò che coloro, che hanno da leggere questa mia opera, non siano in dubbio per la poca intelligenza di questa materia; per hora diremo secondo Hippocrate, nel libro delli flati, che morbo è quello, ilquale da molestia all'huomo; talche colui, che verrà intieramente, & con verità in cognitione della causa di tale effetto, ò infermità, ò accidente, che sia chiamato da altri, saprà & bene pronosticare, & bene curare tal sorte di male. Et questo è quello, che si desidera da gli ammalati, & dalli medici sopra ogn'altra cosa.*

Nota quelli medici, che senza bisogno mettono la differèza tra li mali, & gli accidenti suoi.

Quali s'intendono in questo libro per morbi.

Però

Qual sia la prima sorte d'infermità, che soglia venire piu spesso a Roma.

Però tra le particolari infermità, che sogliono venir a Roma, la prima si giudica esser questa, cioè una soprabondanza d'humori nella testa, dalla quale seguitano poi molti catarri, & distillationi alli membri inferiori.

Come questa infermità sia chiamata capiplenio, cioè pienezza di testa, & per qual causa.

Questa infermità certo (se è lecito alle volte finger nuoui nomi) poi che in questo caso si sente la testa piena, si potria con qualche ragione chiamar capiplenio, & benche la parola sia alquanto barbara, non è però lontana dalla verità.

La seconda infermità, come si chiami pienezza.

Il secondo male, che regna a Roma, è la indigestione, che ha origine dall'abbondanza del nutrimento; & questa non senza causa si potrà chiamar pienezza.

La terza infermità, che è chiamata fiachezza.

Il terzo male, è una fiacchezza, che viene all'huomo quasi senza causa, chiamata da Greci ἀλόγη πάρεσις. Noi possiamo dire, che sia un subito cascar di forza, & di corpo, senza occasione, & senza manifesta ragione.

Come quasi tutti quelli, che habitano a Roma, patiscono di questi mali.

Da questi mali pochi sono quelli, che habitano a Roma, che se ne possano difendere; perciochè la maggior parte, se non sono più che parchi nel viuere, si lamentano della pienezza della testa, & del ventre, & di più se poco poco s'affaticano, ò che siano molestati da qualche altro male, sono in un subito, & fuor di tempo assaltati da una languidezza tale, & fuori del solito de gli altri luoghi, che gli par venir meno.

Quali febri regnano al tempo di Galeno, & quali regnano adesso.

Le febri semiterzane, al tempo di Galeno, erano familiarissime in Roma, nel modo, che esso le descrive. Ma in questa età, ò perche sia mutata la sorte del viuere, ò per qualche altra causa, si vedono rare volte; ma le quotidiane si vedono spesso, & assaliscono l'huomo nella vehemenza del parosismo, con un certo soffogamento di corpo, & di animo, nel modo come se questi tali hauessero il male chiamato letargo; la qual cosa fu auuertita da quel gran medico Asclepiade, molto tempo inanzi a noi, (si come recita Celio Aureliano, nel secondo libro delli acuti.) Et questo non nasce da altro, se non dalla pienezza della testa. Non sono però così frequenti, nè vengono così spesso, che la febre quotidiana, ò il letargo meritino di esser posti nel numero delle infermità domestiche, & familiari a Roma.

In qual modo assaliscono l'huomo le febri quotidiane.

Qual male nasce dalla pienezza di testa.

Come questi mali non meritano d'esser posti tra li familiari di questa Città, & perche.

Perche è gran differenza a dire, che le febri quotidiane ne' suoi gagliardi parosismi, s'usurpano quasi la natura del letargo, ò a dir separatamente, che il letargo, & le febri quotidiane sono molto frequenti in Roma. Le febri terzane anco così semplici, come doppie, non sono più proprie a Roma, che ne gli altri luoghi, come anco sono le infermità di pie-

Le infermità di pietra, o di calcoli non sono più particolari a Roma, che ad altri luoghi, contra l'opinione di molti.

di pietra, & di sabbia; le quali alcuni medici ostinatamente tengono, che siano familiari a Roma, con tutto, che vi siano molto manco persone, che hanno questo male, che quelle, che non l'hanno; anzi credo certo, che in Roma non sia la millesima parte de gli huomini, che patiscano questa indispositione. Et ciò si conosce chiaramente da quelli, che considerano diligentemente le famiglie, che vi habitano, sì di forastieri, come di Romani; poiche di tante, & tante famiglie a pena se ne troueranno vna, ò due, che siano soggette a pietre. Ma questi s'ingannano per la commune vsanza dell'acqua del Teuere, alla quale, guidati dalla sua opinione, ma non dalla verità, attribuiscono facoltà di generar pietre nel corpo humano; percioche quest'acqua, come già hauemo dichiarato, non ha di sua natura facoltà di generar sabbia. Talche costoro prima che si chiarischino della verità cõ l'esperienza, guidati dalla sua ragione, dichiarano questa cosa a suo modo. Con tutto ciò però & le pietre, & le sabbie non nascono altrimente in Roma, di quel che naschino ne gli altri luoghi. Lasso da canto quel che dicono alcuni, che le sabbie si generano dalla flegma con la giunta del calor delle reni; perche principalmente si generano dal smisurato beuer vini potenti, li quali, si come lassano nelle botti intorno intorno le croste dure, come sassi, che si chiamano tartaro, così entrati nel corpo, & portati alle reni per le vene, poi che hanno la medesima facoltà, & possanza, mentre che iui si colano, lassano nelle reni simili spetie di croste, & a questo modo producono pietre & sabbia. Et però quasi tutti quelli, che s'imbriacano, perche non si dilettano se non di vini potenti, & puri, sono trauagliati da calcoli, eccetto però se questi tali haueranno le vene, & li meati molto larghi. Ne alcuno si lassi ingannare (come fanno quelli, che giudicano senza esperienza) che per esser questi vini spesso chiari, limpidi, & sottili, non possano in modo alcuno generar nè sabbia, nè pietre; percioche vi sono molte acque medicinali, le quali con tutto, che paiano chiarissime, nondimeno (come di sopra hauemo detto & questa è anco opinione d'Hippocrate) producono difficoltà d'orina. Ma mi par di hauer detto troppo di questa materia; però torniamo al nostro proposito.

Che in Roma pochissimi patiscono il male di pietra.

Per qual causa alcuni s'ingannano in questo.

Come l'acqua del Teuere non ha facoltà di generar sabbia.

Le pietre non nascono altrimente in Roma di quel che naschino in altri luoghi.

Da qual causa secondo alcuni si generino le sabbie.

Come principalmente si generino dal troppo beuer vini potenti.

Come li vini potenti generino in noi pietre, & sabbie.

Perche quelli, che s'embriacano patiscono tal male. Et come alle volte non lo patiscono.

Che se ben li vini sono chiari, possono però generar pietre.

Come molte acque medicinali producono questo male.

Queste tre sorti adunque d'infermità, che hauemo detto, hanno origine da tre cause, & ciascuna di esse nasce da questa Città, cioè l'aere grosso, denso, & tepido, li venti frequenti, & vehementi, & il modo di viuere, il quale è tanto più copioso, quanto più gli huomini sono sforzati mangiar assai, per la debil forza de gli alimenti di Roma, come di sopra hauemo detto.

Queste tre infermità nascono da tre cause, che sono particolari a Roma, & quali siano, cioè l'aere grosso, li venti frequenti, il mãgiar assai.

Come l'aere empie li membri, & tutto il corpo.

Percioche l'aere empie le vene, le arterie, li polmoni, il petto, la testa, le carni, & finalmente tutto il corpo. Li venti con la loro violenza si cacciano nelli medesimi luoghi, & fanno maggior pienezza. Che poi il viuere abbondante faccia il medesimo effetto, non occore prouarlo.

Come li venti entrano in tutto il corpo.

Come il viuere copioso empie tutto il corpo.

In qual modo la testa s'empia assai dall'aere.

La testa adunque si viene ad empire dall'aere, che si tira, perche (come dice l'Auttore del morbo sacro) quando l'huomo tira il fiato a se, quell'aere passa prima al ceruello, & così si sparge per tutto il corpo; lassando nel ceruello la sua propria forza; ma questo membro patisce più da' venti, quanto più essendo da lui tirati, penetrano con maggior vehemenza.

Come il capo si empie dal copioso mangiare.

Si empie ancora dal nutrimento copioso, quando l'huomo mangia assai, perche li vapori elenati dalla parte da basso, saliscono spontaneamente alla testa, & queste sono le tre cause, che hanno origine dalla Città di Roma.

Nota vn'altra sottil causa, per la qual la testa s'empie fuor di modo.

La testa si empie poi ancora particolarmente, perche è concaua, & sta appoggiata sopra il corpo, come se fosse vna ventosa (come dice Hippocrate nel quarto delli morbi, & nell'Epistola scritta a Democrito) talche tira a se con grandissima facilità, non solo le superfluità di tutte quelle cose, che si mangiano, ma ancora li sottili humori.

Nota anco vn'altra causa di questo effetto.

Si empie parimente, perche è instituito così dalla natura, che sia più spesso piena, che vacua, altrimente non potria l'huomo resistere alli esercitij suoi, & alle fatiche, quando non dorme; & per questo la testa s'empie fuor di modo, quando siamo colcati; perche essendo il corpo piano, il sangue salisce facilmente all'insù, cosa che si conosce chiaramente, perche ogn'uno per pallido, che sia naturalmente, stando in quel sito, si fa presto robicondo.

Come la testa s'empie più, quando siamo colcati, che dritti.

Nota vn'altra causa di questo effetto, per il riuolgimento delle vene della testa.

Oltra di questo essendo li giri, & riuolgimenti delle vene, & dell'arterie del ceruello, quasi inestimabili, & che non se ne troua fine, ne seguita, che il sangue, che vna volta è salito a quel membro, non così facilmente torna al basso, ancorche l'huomo stia dritto, perche non può uscir da quelle vene, nelle quali è già a quel modo entrato. Et ben che si veda, che le vene verbi gratia d'vna mano stesa, & abbassata subito gonfiano di sangue, & che poi alzata, subito parimente s'assottigliano, & ne esce il sangue; nondimeno non può questo seguire de gli humori, & del sangue già penetrato alle vene del ceruello; perche se ben il ceruello forse facilmente lo riceue, non però così facilmente lo lassa partir da se, per l'intrico, & riuolgimenti delle vene.

Si può anco a questo aggiongere la terza causa, cioè il calor del sole,

ilqual

ilqual a Roma, & massime l'estate è sempre gagliardo, nel mezo giorno poi non solo d'altri tempi, ma nè anco d'inuerno è mai debile. Et poi il vino, il quale in questa Città si bene in gran quantità; nè occorre a prouar, che il vino empia la testa, perche è cosa notissima.

Come ancora il calor del Sole puo empir la testa, & massime d'estate, & di mezo giorno, & d'inuernata.

Come il vino, che si beue in gran copia fa il medesimo effetto.

Ma che il medesimo effetto segua dal Sole, si vede chiaramente per li vapori, che si leuano da terra (mentre che da lui è percossa) alle parti superiori: si conosce anco dal caldo, con il quale percuote la testa; perche il calore, come ogn'vn crede, tira a se di sua natura, & per questo li Africani come esposti al Sole, più che tutti gl'altri huomini del mondo, si guardano dal vino; & questo fanno, perche essendo i lor capi riscaldati molto dal Sole, sentiriano ancor maggior danno dal bever del vino; lascio hora andar la legge loro, che gli lo prohibisce, la quale può esser nata da questa causa.

Per qual causa gli Africani si guardano dal vino.

Vedi il libro di Giorgio Trapezonte del paragone tra Platone, & Aristot. dove dice per qual causa Macometo ha prohibito il vino.

Nè alcuno si deue marauigliare che a Roma gli huomini patiscano tanto della testa, perche anco al tempo di Galeno in Roma vi erano gran distillationi dalla testa, si come esso dice nel secondo de' temperamenti, & nel secondo del Meth. Oltra di questo Hippocrate nell'Epistola a Democrito dice, che la radice, & l'origine di tutte le infermità dell'huomo è il capo, & che dal capo nascono grandissimi mali, & nel quarto delli morbi dice, che il capo, & la milza sono molto esposti alle infermità. Se adunque & per la natura del membro (come dice Hippocrate) & per la qualità del luogo, che è Roma (come dice Galeno) & per le altre cause, che habbiamo poco fa raccontato, in questa Città il capo sommamente patisce, ogn'vn deue credere, che in Roma il capo patisca infinitamente.

Anco al tempo di Galeno si patiua assai della testa.

Come l'origine di tutte le infermità dell'huomo è il capo.

Come il capo, & la milza sono molto esposti all'infermità.

Onde ne seguita, che in questa Città ad alcuni lacrimano gli occhi senza causa, alcuni altri hanno gli occhi, & le palpebre rosse, sentono fischi nell'orecchie, & picchiamenti, grauezza di testa, catarri, irrochimento, tosse; molti ancora hauendo offeso il polmone, si fanno thisichi, alcuni altri patiscono podraga, dolor di giunture, vertigine, morbo comitiale, & appoplessia, & per questo anco ne seguita, che nelle maggior parti delle febri vi regnano dolor di testa, pazzie, letarghi, & freneste.

Alcuni mali, che patisce l'huomo in Roma particolarmente nella testa, & anco ne' membri inferiori.

Da queste ragioni si può conoscere, che il capo nella Città di Roma patisce oltra modo, & che il suo male è principalmente quello, che poco fa hauemo battezato del nome di Capiplenio; dal quale poi (come hauemo detto) ne nascono molte altre sorti d'infermità. Sò bene, che vi sono alcuni, li quali quasi ostinatamente credono, che il fegato patisca più che il capo in questa Città, persuadendosi, che per l'abbondanza de' cibi, che quiui nascono, & che così spesso si pigliano, ne seguitino delle obstruttio-

Come dal Capiplenio nascono molti mali.

Come alcuni credono, che il fegato patisca piu, che il capo in questa Città, ilche però non è vero.

ni, le quali essi chiamano opilationi. Ma questi così credono non perche l'habbiano prouato, ne manco perche habbiano di ciò alcuna vera coniettura. Per la qual cosa mi pare esser ben fatto lassarli nella loro opinione, poi che non è in nostra possanza impedir, che non credino quel che gli pare. Non vedo però come il fegato possa patire obstruttione alcuna, per qual si voglia abbondanza d'humori, essendo ogni notte sforzato (cosa che non interuiene al capo) cacciar nelle vene gli humori, che ha in se, & questo si fa quando ci riposiamo sopra il lato dritto, come il più delle volte accade, perche in questo sito è necessario, che notabilmente si prema, & premuto non può trattener in se stesso gran copia d'humori, ma bisogna, che li cacci altroue. Oltra di questo, se ben si considera la fabrica di questo membro, trouaremo che le sue vene sono più strette, quanto più vanno al profondo, & quelle che sono nell'estremo del suo corpo, sono sempre più larghe: di modo che si può concludere, che questo membro è stato instituito dalla natura più presto per cacciar da se quello, che non gli conuiene, & per espurgarsi, che a ritener cosa alcuna, che gli nocia; perche se altrimente fosse, saria necessario, che le vene di fuori, & intorno intorno fossero più strette, & quelle di dentro fossero più larghe. Così interuiene al polmone, al quale, & giorno, & notte è mandata gran copia di sangue per la vena cana (la quale secondo alcuni nasce dal fegato) al destro ventricolo del core, & esso parimente lo manda altroue; ilche non si può dir del capo, il quale (come hauemo detto di sopra) s'empie tanto spesso, & in tanta abondanza, & nondimeno non si può da noi in modo alcuno premere, per esser coperto d'ossa, come si fa con il fegato.

Come il fegato non può patir obstruttione alcuna per qual si voglia pienezza.

Come il fegato ogni notte caccia alle vene tutti gli humori, che ha in se.

Come le vene del fegato sono più strette, quãto più vanno al profondo.

Et quelle, che sono nell'estremo, sono sempre più larghe.

A qual fine sia stato fatto dalla natura a questo modo il fegato.

Come queste cose non si possono dire del capo, il quale non si può premere, come si preme il fegato.

Della pienezza. Cap. 11.

MA venendo alla seconda infermità peculiare di Roma, diremo che questa è l'indigestione del ventre, causata da gran copia di ciba preso: & quì per indigestione intendiamo non solo quella, che nasce dal nutrimento poco cotto, ma anco quando è corrotto, & putrefatto. A questo effetto vi concorrono quelle tre cause, che già hauemo detto; percioche occorrẽdo, che l'acre, & li venti empino spesso tutto il corpo, & massime le vene, le quali alle volte non possono tirar dallo stomaco a se, per esser più piene del douere, il suo solito humore (tanto più quando l'huomo non fa essercitio) & noi dall'altro canto non restiamo di mangiar in

Onde nasca la crudità del ventre.

Quel che s'intende per crudità.

Come alla crudità vi concorrono le tre dette cause.

gran

gran quantità quelli cibi, li quali in gran mole danno poco nutrimento, non può essere che, & nel ventriculo, & ne gl'intestini non vi s'accumuli gran copia d'humori superflui, eccetto però se il corpo sarà molto lubrico. Oltra di questo vi concorre vn'altra causa; perciochè tra quelli che habitano a Roma, la maggior parte ò sono ricchi, ò se non sono tali, almeno viuono largamente della loro arte; gli altri poi, ò che seruono questi tali, ò che cercano più che possono d'imitarli, tirati dal vitio della gola, al quale naturalmente siamo inclinati. Essendo adunque, & li ricchi, & li artigiani inclinati a prouedersi in gran copia, & de' vini, & di tutte quelle cose, che gli fanno di bisogno per il viuere, le quali si conducono a Roma da i luoghi vicini, è necessario che tutti questi insieme con i lor seruitori s'imitino l'vn l'altro, & che tenendo il medesimo modo di viuer copiosamente, incorrano spesso in questa pienezza: & tanto più, perche è cosa naturale di tutti li corpi viuenti, & massime di animali, li quali non hanno mai per ordinario il lor nutrimento presente, come sono le piante, ma absente: quando ne hanno commodità, per paura che non gli manchi, sogliono pigliarne non in poca quantità, & solamente quanto gli basti, ma in gran copia, & più che non gli fa di bisogno.

Come tutti quelli, che viuono a Roma, incorrono in questa pienezza.

Vi aggiungo anco vn'altra causa, che la natura, temendo che non gli mancasse il nutrimento, del quale spesso si troua priua, ha fabricato prima il ventricolo, & poi gl'intestini più presto atti a ritenere, che a cacciar fuori, come si può veder da i suoi lunghi rauolgimenti, perche altrimente se questi membri facessero vgualmente l'offitio della ritentione, & dell'espulsione, saremmo tutti sforzati a star in continuo essercitio di mangiar, & beuere, ò che la vita ben presto verria meno. Se adunque gl'instrumenti dell'espulsione sono più atti a ritenere, che a cacciar fuori, & gli huomini in Roma per la commodità del nutrimento ogni giorno s'empiono, non vedo come possa essere, che ne' lor corpi non vi sia quasi sempre gran copia d'indigestione, eccetto però se il loro ventre sarà molto lubrico.

A qual fine la natura ha fabricato il ventricolo, & gli intestini atti più a ritener, che a cacciar fuori.

Della fiacchezza. Cap. III.

HAVENDO *detto a bastanza dell'indigestione, resta che parliamo del terzo male, cioè della fiacchezza, la quale ha le medesime cause, che hauemo dette, cioè l'aere grosso, denso, & tepido. Questo adunque*

Come la fiacchezza ha le medesime cause, che la crudità.

Come l'aere presto si risolue per grosso che sia.

adunque si come empie presto, così anco in vn subito si consuma, che tale è la natura dell'aere, ancor che sia grosso, di risoluersi in vn tratto; perciochè ogn'aere di qual si voglia sorte sia, di sua natura è dissolubile, anzi ogni notabil vento in vn tratto empie, & gonfia le arterie, le vene, & tutto il corpo; ma si come è composto di sottil sostanza, così si risolue presto, & presto perde la sua forza. Di tal natura sono li cibi di questa Città, li quali (come già hauemo dichiarato) sono di debil forza, & danno poco nutrimento, se ben sono presi in gran quantità, danno bene grand'augumento alli corpi, & carni, & li fanno per modo di dire, più gonfi. Ma quando gli huomini sono sforzati, ò per negotij, ò per qualche mala causa intralasciar la solita cibatione, in vn tratto s'infiacchiscono, & s'indeboliscono, & di mente, & di corpo. Si potria anco allegar vn'altra causa, che essendo in questa Città molti, che sono tormentati dall'ambitione, non già da quella, che è drizzata alla virtù; ma da quella, che è drizzata alla ricchezza, & alla superbia, molti anco dalli fastidiosi trauagli delle liti; ne seguita, che essendo penetrato questo rammarico nelle più intime parti del cuore, non lassa che l'huomo si possi riposare, dormire, nè manco pigliar il suo conueniente nutrimento; onde è necessario, che la virtù del corpo, & dell'animo ben presto vengameno.

Come li cibi di Roma danno poco nutrimento.

Come danno augumento, non nutrimento.

Nota l'effetto cattiuo dell'ambitione, & delle liti.

Poi che hauemo dichiarato la natura di quelli mali, che sono familiari a Roma, & insieme anco detto le sue cause, alcuni giudicheranno, che non manchi altro a questo trattato, che sottogiungerli li segni con li quali si conoscono, & appresso il modo con il quale l'huomo si possa da essi difendere, & conseruarsi in sanità. Ma perche queste due parti di medicina, cioè quella che caccia li mali, chiamata da Medici curatiua, & quella che da essi ne difende, chiamata preseruatiua, sono talmente connesse insieme, che non si possono del tutto in modo alcuno separare, ma pigliano il nome da quello, al quale più risguardano. Tratteremo qualche cosa ancora della curatiua, ma con breuità, per non passar i termini proposti dal principio.

Delli segni della fiacchezza. Cap. IIII.

Nota bene li segni della fiacchezza, c'ha da venire.

LI segni adunque della fiacchezza, c'ha da venire, sono questi, cioè che colui, che è solito hauer il corpo stittico, & gli sopragiunga il flusso, se nel seder suo si fermerà spesso con vna gamba sopra l'altra, se le solite sue vesti gli pareranno graui, se hauerà la mente, & l'intelletto

tellètto pigro, & tardo; se li sentimenti suoi non saranno liberi, se hauerà dubbio di hauer qualche trauaglio d'animo, & se parlandosi a l'improuiso di quel suo dubbio, si mutarà di faccia in maniera, che paia spauentato, & in quel medesimo tempo il polso suo si farà piccolo, veloce, ineguale, & disordinato, & passandosi d'vn ragionamento in vn'altro, il polso ritornarà nella sua prima natura.

Li segni della fiacchezza presente.

Li segni poi della fiacchezza, che già è venuta, sono tali, cioè, che le carni cascano in se stesse, la voce si fa tenue, l'huomo parla con difficoltà, mentre ch'è colcato sta supino, con le gambe hora stese, hora ritirate; non si può fermar molto in vn luogo, ma si moue spesso quà & la, & con difficoltà; non ha appetito alcuno, è tristo, & nequitoso senza causa. Quando poi l'huomo scopre il petto, ancor che non vi sia gran caldo, & appresso desideri, che la stanza sia aperta, chiara, & l'aere fresco, & gli paia d'esser suffocato dalla stanza serrata oscura, & tepida. In somma se sarà in termine, che di continuo habbia gran desiderio di pigliar qualche cosa, che lo ristori; ma essendoli poi data, non la può pigliare, sarà segno, che il caso è disperato.

Quando il caso è disperato.

Delli segni dell'indigestione. Cap. V.

Li segni della crudità c'ha da venire.

LA pienezza, ò indigestione c'ha da venire, si conosce da questi segni, cioè, quando l'huomo fa spesso rotti, & massime inanzi, ò dopò pasto. Se si sente satio, come s'hauesse mangiato troppo; se si sente insolita grauezza nel ventre, ne' lombi, nelli ginocchi, & nelle gambe; ilche seguita più spesso, se poco prima hauerà mangiato in maggior copia del solito. Et se nel sbadigliar spesso, si stende tutto il corpo fuor di modo; se ha gran sete dopò pasto, se ha la respiratione densa; se il ventre, che prima era mediocremente lubrico, si fa ò stittico, ò lubrico, ò acquoso; se ha in fastidio li cibi soliti, & s'imagina, che quelli istessi puzzino; nel beuer poi il solito vino, se ben prima gli piaceua, all'hora ò non gli piace, ò gli pare, che sia molto più leggiero del solito. Quando poi tutti questi segni perseuerano per molti giorni, mostrano chiaramente, che la pianezza, & la indigestione sono confirmate, & tanto più, quando la lingua è imbrattata d'vna certa flegmaccia bianca; la qual ben presto si fa pallida; & che il ventricolo è molestato d'alcune punture. Et se a quel tale verrà in bocca gran copia di saliua, con nausea, ò con satietà; & che li rotti che farà, saranno ò acidi, ò acri,

Quando questi segni durano per molti giorni, quel lo che mostrino.

Nota alcuni altri segni di grand'indigestione.

ò acri, ò puzzolenti, quasi come s'hauessero l'odore d'oui putrefatti, & che esca gran copia di vento per le parti dabasso, & molto puzzolente: che insieme vi sia il dolor di testa. Se passate le cinque, ò sei, ò sette hore, dopò che haurà mangiato assai bene, in vn tratto, & con gran furia si scopriranno sputi, che impediscano il fiato; li quali se saranno liquidi, & in forma di saliua, mostrano c'ha da seguire, ò nausea, ò vomito; se anco saranno grossi, & viscosi, pronosticano che colui sarà assaltato da vna pericolosa soffocatione.

Delli segni della pienezza di testa. Cap. VI.

Li segni della pienezza di testa c'ha da venire.

LI segni della pienezza di testa c'ha da venire, sono questi, cioè, grauezza della fronte, & de gli occhi; dolor, ò peso nella parte posteriore della testa; vn circolo a guisa di corona, che occupa prima il fronte, poi le tempie, & poi le parti posteriori della testa, & all'vltimo accompagnato con dolore, molesta tutte queste parti. Seguita gran sonno, gli occhi sono pieni d'humore, ò che hanno in se notabil grauezza;

Come per l'essercitio, casca il mocco dal naso, & la saliua dalla bocca.

quando l'huomo fa essercitio, casca il mocco dalle narici, & la saliua dalla bocca; & questo seguita, perche mentre, che il corpo riposa, quando la testa è piena di grand'abondanza d'humori, vi si generano bene molti spiriti, ma per la lor copia si condensano, & chiudono li meati della testa. Ma quando poi per la fatica, la testa s'è riscaldata, quelli spiriti prima s'attenuano, & poi trouandosi in luogo così stretto, si conuertono in acqua, & a questo modo esce la saliua per bocca, & il mocco per le narici.

Come si può antiueder questo male per vn'altro segno.

Questo male si può antiuedere per vn'altro segno, che non è troppo volgare, cioè quando, appresso al resto l'huomo ha le narici, la bocca, il palato, & le fauci secche, & con tutto questo non ha sete, ne manco sente alcun caldo nel petto, & nel fianco destro, doue è sottoposto il fegato; percioche questi segni mostrano, che la testa non solo è piena, ma anco è opilata, & chiusa. Ma perche questo punto non è stato auuertito mai da alcuno, sarà facil cosa, ch'io sia ripreso da molti, come inuentore d'opinioni nuoue, & false: pur se il fatto sarà poi considerato con

Come si conosce, che la testa sia, & piena, & opilata. Come questo fatto non è stato notato da alcuno.

Che questi mali nò sono maligni, se ben sono stimati maligni.

gran diligenza, si conoscerà subito, che quei mali, li quali con questi segni sono giudicati maligni da altri, & per consequenza, che si debbano curare con quei medicamenti, che resistono alla malignità, chiamati da alcuni bezoartici, senza hauere altra consideratione alla testa, non

hanno

hanno in se alcuna maggior malignità di quel che habbia il letargo, ò la freneſia, & che gli huomini ſpeſſe volte muoiono non per la forza di queſti mali, ma per difetto delli medici.

Quando poi queſta pienezza ſarà compita, oltra che li ſegni, che hauemo detto, duraranno molto più tempo, vi ſarà anco vn gran ſtrepito d'orecchie, pulſatione delle tempie, lacrime ſenza cauſa, & la faccia ſarà gonfia.

Quando tal pienezza è compita.

Della cautela, & cura commune delli detti mali. Cap. VIII.

QVESTE coſe ſi ſono dette per li ſegni della fiacchezza, della indigeſtione, & della pienezza di teſta; reſta hora, che trattiamo della cura, & della preſeruatione di queſti mali. La preſente dottrina adunque è di due ſorti, ò commune, ò particolare; commune cura è quella, la quale reſiſte a tutte tre queſte indiſpoſitioni inſieme; particolare è poi quella, che reſiſte ad vna ſola, & particolare infermità; & queſta alle volte gioua non ſolo a gli ammalati, ma anco alli ſani; alle volte poi non conferiſce ſe non a gli ammalati. Ma prima biſogna ch'io tratti della cura commune.

Queſta dottrina è di due ſorti, commune, & particolare.

Quale è la commune.

Quale è la particolare.

Colui adunque, che mentre ch'è ſano, deſiderarà di preſeruarſi da queſte indiſpoſitioni, & ſe pur n'incomincia a ſentir qualche principio, hauerà caro, che il male non vada creſcendo più inanzi, gli conuerrà prima, & principalmente habitar, quanto ſi può, nel più alto luogo di queſta Città, & che la ſtanza ſua ſia prima ben chiara, & eſpoſta al Sole d'eſtate, & d'inuerno; & che le porte, ò le fineſtre ſi riſguardino al dritto, l'vna & l'altra in quella parte, doue ſaranno ſituate, accioche niſſuna ſorte d'aere vi ſi trattenga molto dentro, altrimente ſi corrompe, & ſi putrefà; & che non ſi fermi molto nelle più baſſe parti della caſa, ma nelle più alte; perche a queſto modo tirarà ſempre a ſe l'aere più puro, manco groſſo, & manco denſo. Biſogna poi trattenerſi in caſa più che ſi può, quando regnano venti gagliardi; ma ſe pur all'huomo conuerrà d'vſcire, deue auuertire di non paſſar per quella via, per la quale camina il vento; & ſe pur ſarà ſforzato a non far altra ſtrada, non deue andar in fretta, ma lentamente in modo, che habbia da tirar manco aere per la reſpiratione; perche altrimente il corpo, per quel frettoloſo paſſo, è più facile a tirare; & dall'altra parte il ven-

Prima s'hà d'habitar ne' luoghi più alti della Città, & delle caſe.

Nota le qualità, che deue hauere vna buona ſtanza.

Che niſſuno non ſi deue fermare molto nelle ſtanze più baſſe.

Quel che s'ha da fare, quando regnano i venti.

Come il corpo s'empie di vento.

to, che viene all'incontro, corre con più velocità; per la qual cosa il capo, il petto, & tutto il corpo si viene ad empire fuor di misura di vento, non senza gran danno suo.

Come il ventre deue esser ben lubrico.

E' anco necessario hauer il corpo talmente obediente, che l'euacuatione sua sia ben proportionata alla quantità delli cibi, che si pigliano ogni giorno; la quale in Roma è molto copiosa, come hauemo detto; & la proportione sarà assai conueniente, se il ventre si euacuerà due, tre, ò quattro volte tra il giorno, & la notte. In qual modo poi si possa essequir questo nostro consiglio, se n'è trattato da noi allungo in quel libretto intitolato di lubricar il corpo. Ma accioche quelli, che leggeranno questa nostra opera, non habbiano causa di durar molta fatica in cercar altri libri, & c'habbiano qualche risolutione sopra di ciò, con la maggior breuità che potremo, trattaremo fra poco, come si deue far per lubricar il corpo.

Quante volte al giorno si deue euacuare il ventre.

Et a questo modo mi pare d'hauer a bastanza detto, quel che bisogna per difendersi da questi mali, innazi che n'assaltino; & per raffrenarli quando già sono venuti.

Della particolare preseruatione, & cura della pienezza della testa. Cap. VIII.

MA per venire a qualche particolare rimedio di questo male; l'huomo deue sforzarsi non solo quando si sente già questa indisposition, ma anco quando teme, che non gli venga, di fuggir tutte quelle cose, che hanno in se fermo, & gagliardo odore, com'è il musco, l'ambracano, il Zibetto, il belgioino, l'aglio, le cipolle, il porro, la scalogna, & tutte l'altre cose, c'hanno grand'odore, perche tutte empiono la testa; oltra di questo pigliar in poca quantità tutte quelle, che si fermano, & s'attaccano molto tempo nel ventricolo; in somma lassar tutte quelle cose, che con difficoltà si cuociono, & generano vapori, come sono auellane, noci, mandole, pignoli, pistacchi, dattili, frutti di rono, & della cerasa selnaggia, melengiani, oliue, persichi secchi, cotogni cotti, ò nel vino, ò nel mosto, tartufi, specie, legumi, riso, radici, quasi tutte le sorti di semi, come è l'aniso, finocchio, coriandro, cauoli, lattuche, ruccola, carne, & fegato di busalo, latte, ricotta, cascio, vini molto potenti: & per concluderla, fuggir la crapula, l'embriachezza, & la varietà delli cibi, & delli vini, li quali essendo per la lor suauità facili ad esser presi, quanto più se ne

Come si deuono fuggire tutte quelle cose, c'hanno forte odore, & quali sono queste cose.

Come si deuono pigliar poche di quelle cose, che si fermano, & s'attaccano nel ventricolo.

Et che generano vapori, & quali siano.

Come si deue fuggir la crapula, & l'embriachezza, & la varietà de' cibi, & de' vini.

se ne piglia, con tanta più difficoltà si sogliono cuocere nello stomaco. Oltra di ciò bisogna fuggir il vomito, il dormir troppo, & massime di mezo giorno, la stitichezza di corpo, & di non andar al Sole, & di non fare essercitio subito dopò il cibo. Quando l'huomo è sudato, non è bene a beuere molto freddo, nè stare all'acre freddo, nè manco esporsi all'aperta per aspettar il Sole, quando il Cielo è mezo coperto di nuuole, accioche l'huomo hora non si scaldi, & hora non si rassreddi; perche da questo ne nascono principalmente le grauezze di testa, & li catarri. Bisogna anco schifare il Sole di mezo giorno, & il freddo della mattina, & della sera, & l'aere del Teuere; non andar al chiaro della Luna, & all'ardor del Sole, & massime dopò hauer mangiato, & beuuto vino, come hauemo detto. Ma se l'huomo è sforzato andar al Sole, deue con diligenza coprir la testa, accioche non si scaldi troppo, onde poi per star in vn subito all'ombra, ne possa patir gran freddo. Deue anco auuertir quando la mattina s'è leuato, come molti sogliono fare, di non pettinarsi molto, nè in fretta la testa; perche a questo modo la pelle si scalda, & per tal riscaldamento è più l'escremento, che si tira, che non è quello, che si risolue. Basterà adunque per vn poco moderatamente, & pian piano stropicciare la testa con il pettine, accioche essendo la pelle per quella via fatta alquanto rara, li pochi escrementi, che prima vi erano sotto, possano vscir più facilmente. Et già che a tutti è di gran danno il trauagliar con l'animo, & il pensar assai dopò il cibo, bisogna sapere, che di molto maggior danno è a quelli, che patiscono tale infermità, & ben che l'aere grosso, denso, & tepido, & li flati vehementi, & li luoghi concaui, & piani, dai quali suol sorgere il vapor denso, nociono assai a tutti questi mali (come hauemo detto) nuoce però molto più al capo. In questo caso poi non è dubbio, che saria cosa più vtile a lassar del tutto il mangiare, & il beuere; perche a quel modo tutte le superfluità facilissimamente, & presto si consumariano. Ma perche la mutatione della consuetudine suol essere di gran danno, talmente che quelli, che sogliono mangiar due volte il giorno, se la mattina non haueranno preso il suo solito cibo, diuentano subito deboli, da poco, & timidi, sentono gran dolore nel ventre, come se li loro interiori fossero sospesi, & ritratti, l'orina si fa calda, & rossa, li escrementi del ventre s'abbrusciano, la bocca diuenta amara, gli occhi si fanno concaui, le tempie contra l'ordine naturale quasi crollano, le estremità del corpo si fanno fredde, alle volte ancora non possono cenare, & se pur cenano, sono molestati da vna notabil grauezza di ventre, talmente che sentono maggior molestia, & trauaglio

Come si deue fuggire il vomito, il dormire troppo, & massime di mezo giorno, & altre cose, & quali siano.

Quel che non deue fare, quando è sudato.

Come si deue schifar il Sole di mezo giorno, il freddo della mattina, & della sera, l'aere del Teuere, & il chiaro della Luna, & altre cose.

Quando si deue coprir la testa.

Come l'huomo non si deue molto pettinar la mattina, & per qual causa.

Come il trauagliar con l'animo, e grandissimo danno a questa infermità, quando segue dopo pasto.

Come l'aere grosso, denso, li flati, li luoghi piani, nociono molto a questo male.

Come per conto di quello male saria bene a nō mangiare.

Qual danno segui ta dal non mangiare.

per tutta quella notte, che se hauessero pigliato il suo solito cibo la mattina. Per tutte queste cause è molto meglio, in tal caso, cibarsi la mattina di qualche cosa di buono, ma ben poca, & se non vi sarà sete, potrà quel cibo esser sodo; se anco vi sarà sete, bisognerà che sia liquido, & il numero del mangiare sarà secondo il numero della sua consuetudine, verbi gratia, se il solito suo sarà di mangiar vna volta, mangi vna, se due, due, se tre, tre volte, talmente che con l'oseruar la consuetudine del cibarsi in quanto al numero del tempo, perche questo non è nè accresciuto, nè sminuito, & dall'altro canto datoli il cibo in poca quantità, la natura, perche non si muta cosa alcuna, se non che se gli leua quel poco, che gli è di peso, fatta più robusta per la sottrattione del nutrimento, attende a cuocer, quanto più può, quel che gli auanza, ò a consumarlo, ò almeno a cacciarlo fuori del corpo.

Quando il cibo deue esser liquido, & quãdo sodo.

Quante volte deue mangiar l'huomo.

Non sarà anco se non di molta vtilità lubricar alquanto, & leggiermente il corpo, nel modo che abbasso si dirà.

Come l'huomo deue stare più presto vigilante, che dormire.

Come il capo deue stare più alto, che basso.

Come si deue star più presto in piedi, che colcato.

Quello che si ha da beuere.

È anco cosa vtile star più spesso vigilante, che dormire, talmente però, che per leuar il sonno non s'impedisca la concottione. Il capo s'ha, da tenere più spesso alto, che abbassato; percioche gli humori non vanno così facilmente all'insù, come vanno all'ingiù, & per il piano; & però è molto meglio star più spesso in piedi, ò sedere, che stare colcato. La beuãnda sua ha da esser acqua, pur che lo stomaco lo comporti; ma se ne sente danno, potrà beuer vino, ilqual però sia molto adacquato, & ben piccolo. Se la bocca, & le fauci, & le narici saranno secche, potrassi inanzi il cibo onger il palato d'ossimelle, ò masticar qualcuna di quelle ballette, che si tengono in bocca la mattina, per far che la saliua, che già è trattenuta nel capo, più facilmente venga in bocca; & apresso ongere le narici con olio di mandole dolci, ò di botiro, li quali però siano lauati tre, ò quattro volte con acqua fresca, & di poi vsar alcuna di quelle cose, che fanno starnutare.

Quel che s'ha da fare, quãdo le fauci, & le narici sono secche.

Questi sono li remedij leggieri per la pienezza di testa.

Quali sono li remedij gagliardi per quello male.

Quando si deue venir a medicamenti solutiui, & quando no in questo caso.

Queste sono le cose, che si possono fare quando appaiono leggieri inditij di pienezza di testa; ma quando sono più gagliardi, bisogna hauerci maggior diligenza, percioche quando il male è grande, è necessario venire ò a qualche medicamento gagliardo, ò al cauar del sangue, & non per questo si deuono lassar da canto le cose, che hauemo detto di sopra; tra le quali giudico, che, se le narici, la bocca, & le fauci saranno humide, si può vsare qualche medicamento purgatiuo; ma se saranno secche, non si deue in conto alcuno venir a questo rimedio; perche non potendo esso euacuare materia alcuna, come quella che è fissa nel capo, il

medica-

medicamento dato alle volte non fa ſeruitio alcuno, & ſpeſſo anco è pernitioſo, perche eſſendo li meati del capo, per li quali ſi deue euacuare quell'humore, chiuſi, come ſi conoſce dalla ſiccità delle narici, & della bocca, ſi può credere, che il medicamento ſolutiuo non tirarà, nè leuarà humore alcuno dalla teſta; ſicome ancora ſi può giudicare da gli altri ſegni della pienezza di teſta, li quali ſenza alcuna euacuatione, non ſolo perſeuerano, ma ancora s'augumentano. Nè manco l'huomo deue perſeuerare in quella oſtinatione, & falſa opinione, nella quale molti ſono, cioè che ſe ben la bocca, le fauci, & le narici ſono chiuſe, nondimeno non è neceſſario, che li altri meati interiori, come ſono le vene, & le arterie, per le quali ſi può euacuare l'humore, che pecca, ſiano ſerrate; poi che è coſa veriſimile, che in ſi gran pienezza di teſta, la natura cerchi ſempre di ſcaricarſi; & però ſe qualche meato è aperto, per eſſo principalmente ſi deue euacuare l'humor ſuperfluo; talche ſe queſta euacuatione ſi fa per le vene, & per le arterie, è neceſſario, che qualche coſa più del ſolito s'euacui, ò per la veſica, ò per il ventre, ò per copioſo ſudore, poi che per il ſudore ſi può purgare ogni ſorte d'infermità (come dice Hippocrate) & inſieme con queſta euacuatione ne ſeguirà notabile alleuiamento di teſta; perche quando tale euacuatione ſi faceſſe, & che non ne ſeguiſſe alcuno miglioramento, ſe alcuno poi voleſſe dire, che quella euacuatione foſſe vtile, tale opinione ſaria più preſto voluntaria, che ragioneuole. Talche ſe ſi può conoſcer chiaramente, che niſſuna di queſte coſe vi ſono, non sò con qual ragione poſſa alcuno così al certo affermare, che li meati interiori della teſta ſiano aperti; nè manco mi poſſo perſuadere, che alcuno ſia tanto ardito, che gli baſti l'animo di dar qual ſi voglia medicamento ſolutiuo ad vno, che ſi lamenti di tanta pienezza di teſta, quando ha la bocca, le fauci, & le narici tanto ſecche. Ma vedo, che ſubito alcuno s'opponerà a queſta mia opinione, con dire, che in queſto caſo ſpeſſe volte il medicamento ha portato grand'vtile; delche n'hauerà fatto eſperienza; & di più, che fatta la purgatione, la ſiccità della bocca, & delle narici s'è totalmente leuata: & da queſto ſi conoſce, che il medicamento non ha trouato impedimento alcuno; la qual coſa hauemo ancora noi molte volte conoſciuto con l'eſperienza eſſer vera, ſicome hauemo dichiarato ne' noſtri Dialoghi di medicina, eſponendo l'Aphoriſmo quarto, della ſettione decimanona. Ma colui ha da ſapere, che la bocca, le fauci, & le narici s'eſſiccano alle volte con ſete, alle volte ſenza ſete, come diſopra hauemo detto; & di più, che il capo patiſce hora per ſe ſteſſo, hora per conſenſo,

Quando il medicamento ſolutiuo non è d'vtile, anzi è di gran danno, & la cauſa di tale effetto.

Quando il medicamento non purga dalla teſta.

Come alcuni credono, che ſe bene le fauci, & le narici ſono chiuſe, le vene però della teſta, & l'arterie poſſono eſſer aperte.

Come per il ſudore ſi può euacuare ogni ſorte di mal humore.

Come in queſto caſo non ſi deue dare alcuno medicamento.

Nota quel che ſi può opponer a queſta opinione.

Qual riſpoſta ſi deue dare a quanto s'oppone diſopra.

Come il capo può patir ò per ſe ſteſſo, ò per conſenſo d'altri membri.

Come queste cose si conoscono.

Quando il medicamento è pericoloso.

Quando il medicamento può giouare.

Quando il medicamento spesso non giona.

Quel che si deue fare prima che l'huomo si risolua di dar il medicamento.

Quando il medicamento ha da esser forte, & gagliardo.

so, cioè quando l'indispositione, non è principalmente nel capo, ma viene da altre parti. Se queste parti s'essiccaranno senza sete, & il capo sia offeso, & pieno per se, & non per consenso, all'hora il medicamento è molto pericoloso; ma se vi sarà insieme la sete, la qual nasca dalle altre parti, come se nascesse da qualche mala dispositione del ventricolo, in questo caso si truoua, che la purgatione è stata di qualche giouamento. Si come adunque giona qualche volta, ma non sempre, così ancora molti s'ingannano, li quali sperando di leuar questa pienezza di testa il primo, ò il secondo giorno, con dar all'ammalato qualche gagliardo medicamento, non dico già, che tal cosa non possi accader qualche volta, se ben spesso l'huomo s'inganna; ma il più delle volte non riesce cosa alcuna buona, & tanto più, quando la bocca, le fauci, & le narici sono secche senza alcuna sete; nè manco si vede alcuna euacuatione, che possa scaricar la testa.

Truouo però gran difficoltà per far che l'huomo si risolua, quando è ben dare, ò non dare in questo caso, medicamento solutiuo. Si che bisogna inanzi, che l'huomo si risolua, mollificar il ventre per tre, ò quattro giorni, con quelle pilole, che disopra hauemo detto; ouero con qualche leggiero clistero. Et se a questo modo il capo s'alleggerirà alquanto; ma che per questo si possa giudicare, che il male non si risoluerà affatto, bisogna in tal caso seruirsi di qualche medicamento, ilqual se non sarà gagliardo, non può essere se non pericoloso. Et così hauemo dichiarato quando, & in qual modo si deue dare il medicamento gagliardo nella pienezza del capo.

Del cauar del sangue.

Quando in questo caso è necessario cauar il sangue.

Da qual parte si deue cauar il sangue.

MA se la siccità delle fauci, della bocca, & delle narici, non si leuerà con li rimedij che hauemo detto, & non solo sarà ostinata, ma anderà ogni giorno crescendo insieme con il male, bisognarà risoluersi di cauar sangue, pur ch'altro impedimento non ci sia. Et però se si verrà in cognitione, che la causa di questo male nasca, perche si trattenga il sangue, che forse soleua vscir per le narici, ò per le he[illegible]rrhoidi, ò per la matrice, bisogna quanto prima cauar sangue d[illegible]ue-sti membri doue è ritenuto, & i[illegible]u si può, da quella parte, nella c[illegible]non si potrà di sicuro com[illegible]questa pienezza, in tal ca[illegible]a vena della

della testa; poi ch'ogn'vn giudica, che questa vena habbia maggior corrispondenza con il capo, che ogni altra vena.

Quando s'ha da cauar il sangue dalla vena della testa.

Nè bisogna ascoltar coloro, li quali, essendo, verbi gratia, ritenuto il sangue dalle narici, curano questa pienezza, cauando prima sangue dalla vena del fegato, & poi dalla vena della testa, & poi dalle narici; poi che non sò come si risoluessero, se la natura in questo caso euacuasse prima il sangue dalle narici, cioè se questa euacuatione fosse per giouare, ò per nocere; se essi rispondessero, che nocerìa, bisognaria dimandargli la causa di questo nocumento; poi che non è da credere, che leuando la causa del male, si possa dar danno all'amalato; ma se rispondessero, che giouerìa, non vedo con qual ragione possano riprender colui, il quale imitando la natura, che opera bene, cauarà sangue nel principio da questa parte. Nè manco è da dubitare di cauar sangue in tal caso, ancora, che la natura curi questo male, con euacuare la pituità per il naso, & per la bocca; percioche in simile pienezza, come si può conoscere dalle cause, che hauemo detto di sopra, le vene del capo (ilche anco si comprende dall'anatomia) sono sempre piene, & il sangue cauato euacua ben prima le vene, ma poi fa questo buon'effetto; che, si come il ceruello, per esser tanto pieno, a pena prima si poteua alzare, così poi si ritira in se stesso, si dilata, & finalmente viene ad acquistare la sua solita, & facile respiratione, & insieme li meati communi si dilatano di maniera, che tutte le materie superflue, che in esso si ritrouano, si euacuano da se stesse, come si vede manifestamente con l'essempio dell'Inacquatorio de' giardini, chiamato da gli antichi Clepsidra, il quale essendo pieno d'acqua, con aprir il buco di sopra, ella esce liberamente per li buchi da basso. Hauemo adunque insegnato in qual modo l'huomo si deue difendere da questa pienezza, prima che venga, & com'è venuta, in qual modo se ne può liberare.

Nota quanto si dice cõtra di quelli, che prima cauano il sangue da lochi lontani, & poi da quelli, che prima sono lesi.

Come conuiene alle volte cauar sangue ancor che pecchi vn'altro humore.

Il buon effetto, che segue, quando si caua sangue dalla testa, nella gran sua pienezza.

Della pienezza del ventre. Cap. IX.

SEGVITA che parliamo della pienezza del ventre, nella quale [illegible]uno giamai cascarà, il quale si come ogni giorno è sforzato a [illegible] gran copia, per la poca forza delli cibi, come già hauemo [illegible]i giorno ancora farà vna copiosa euacuatione di ventre.

Si come ogni giorno si mangia, così ogni giorno si deue hauere beneficio del corpo.

[illegible]na, che costui auuertisca molto bene, che il cibo c'ha da pren[illegible]to, che graui lo stomaco, nè manco che sia si poco, che nuoti per la

A che si deue auuertire, quando si mangia.

Come si può conoscere facilmente se l'huomo nō ha mangiato troppo.

per la cauità di esso, cosa che si conoscerà facilissimamente, se dopò il cibo si sentirà leggiero, di bel colore, & allegro, & che non senta dolore, ò tensione alcuna intorno & sotto al ventre, che non senta nausea, ne manco che ascenda alla bocca alcuno odore, ò sapore di quel che hauerà mangiato, & beuuto, ma più presto il contrario, cioè che habbia più bel colore, sia più pronto al mouersi, & più robusto, & poi che la notte seguente dorma bene, & la mattina, quando s'è leuato, sia allegro, & che non sputi molto, nè manco ch'esca gran materia per il naso. Se poi non hauerà

Come si conosce s'vno ha beuuto troppo.

Come si conosce se vno ha mangiato troppo.

la respiratione libera, sarà segno che hauerà beuuto troppo, & se hauerà gran sete, sarà segno c'hauerà mangiato troppo. Nel qual luogo bisogna auuertire, che quelli, che sogliono mangiar assai cibi solidi, debbano beuer assai acqua, con la quale li cibi si possano più facilmente squagliare, & non vino, il quale è molto sospetto in questo caso; perche si vede per esperienza che indurisce il pane, la carne, li pesci, & le altre sorti di cibi. Ma perche non si troua persona, che senta vtile dal satiarsi troppo per vna gran fame, nè dall'estrema abstinenza per la gran pienezza; quando l'huomo si sente pieno, per hauer mangiato troppo, all'hora nè bisogna del tutto star senza cibo, per non confonder l'ordine della sua natural consuetudine, perche questa mutatione porta gran danno; nè manco mangiar cibi solidi, perche sono difficili da cuocere; ma deue sorbire ò brodi, ò qualche cibo liquido, che presto si cuoca.

Per qual causa, quando si mangiano cibi solidi, si deue beuer acqua, & non vino.

Ciò che deue far vno, quando ha mangiato troppo.

Come il vomito non è buono, quādo vno ha mangiato troppo cibi solidi.

Quando poi vno s'è empito non di beuanda, ma principalmente di cibi solidi, costui non solo non sentirà vtilità alcuna dal vomito, ma più presto notabil danno; perciò che quanto più lo stomaco si troua pieno di cose graui, & dense, come son questi cibi, se si pigliano in gran quantità, tanto più difficilmente si fa l'espulsione per il vomito, poiche quella materia per esser graue, se ne và al basso, & non all'insù. Onde non è poi marauiglia, se nel sforzarsi l'huomo à vomitare, per quel gran puntamento che vi mette, se gli rompe spesso qualche vena, ò almeno mentre che il ventricolo troppo si stende, non incorra in grande

Il danno, che segue dal vomito molto sforzato.

Quel di, che si deue nutrire l'huomo in questo caso.

estenuatione, & debilità. Però è molto meglio in questo caso beuer alle volte qualche brodo, ò simil cibo, con il quale si possa liquefar, & cuocere quella solida, & cruda materia, che è nello stomaco, che esporsi a questi pericoli, eccetto però se l'huomo fosse molto inclinato, & facile al vomitare. Et ben che Polibo, ouero Hippo. nel libro del vitto de' priuati, esorti l'huomo a vomitare due volte al mese, questo si deue intender principal-

Quādo sia bene a vomitar due volte il mese.

mente di quelli, li quali senza mangiar cosa alcuna, attendono solo a beuere in gran quantità, come erano li Greci, a quali esso scriueua; cosa che

anco

anco noi laudiamo nè gran beuitori, & massimè se vi sarà notabile necessità; pur che questi tali sappiano, che colui, ilquale sarà solito à vomitar spesso, ò ogni giorno, non può in conto alcuno esser ben sano, ne manco naturalmente inuecchiarsi, eccetto se vi sarà molto inclinato di natura. Finalmente quando ci saranno leggieri inditij di pienezza, a costui, se sarà solito a beuer assai, bastarà solamente lassar il vino, perche per questa sola via sentirà molto maggior giouamento, che se si gli leuasse alquanto di cibo. Ma se sarà huomo di gran cibo, non è conueniente lassar il vino, ma più presto leuar vna parte del solito cibo. Se poi vi saranno inditij manifesti di maggior pienezza, non solo, lassando il vino ha da beuere acqua, ma anco sminuendo il cibo, ha da lassar del tutto la carne; qualche volta ancora ha da mangiare manco pane del solito, & si deue contentar di qualche cibo humido, & massime di herbe. Dopò pasto non bisogna mangiar cosa alcuna, & sopra tutto fuggir li pomi, & li frutti horarij. Oltra di questo deue lassar quelli cibi, che incitano l'huomo a mangiare, ancorche non habbia fame; & parimente quelli vini, che inuitano l'huomo a beuer senza sete. Ma quando la pienezza è tanto grande, che non può quasi esser maggiore, bisogna lassar del tutto il mangiare, & il beuere, & solo, per conseruar la consuetudine della natura, sorbir qualche cosa liquida, & di poca sostanza. Oltra di questo, deue, con vn leggiero medicamento procacciarsi qualche euacuatione, & massime quando il ventre è totalmente stitico; per la qual cosa poi ne vengono infiagioni, caligini d'occhi, dolori di testa, & altri mali nella parte superiore. Ma sopra il tutto bisogna auuertir di non pigliar nè medicamento, nè clistero subito dopò il cibo; percioche quell'humor crudo nel ventricolo sta ostinatamente saldo, & non si muoue sin tanto, che non è ben'alterato, & liquefatto. Però se alcuno tentarà di euacuare questa materia per via di qualche medicamento solutiuo, ne seguirà che se pur' vscendo dallo stomaco per il suo orificio inferiore, passarà a gli intestini, questo sarà con gran dolore, & danno dell'amalato; ouero che il medicamento non euacuerà parte alcuna di quella materia, per la quale è stato dato, ma in luogo suo euacuerà qualche parte di quelli humori vtili, con l'aiuto de' quali quella materia superflua si saria potuta cuocere; la qual priuata di buon succo, si rende più difficile alla concottione, si come a' tempi nostri occorse a vno, ilquale, per hauer mangiato gran copia di ramoracci, il giorno seguente, hauendo lo stomaco pieno di molto vento, con grandissimi dolori, per consiglio d'vn medico prese dieci dramme di diacatolico, &

Come li Greci erano gran beuitori.

Come quello, che spesso vomita, nõ puo esser ben sano, nè di lunga vita.

Quando basta solo a lassar il vino.

Quando non basta lassar il vino.

Quando si deue lassar il vino, & la carne, & mangiar manco pane.

Quando si deuono mangiare herbe, & lassar li frutti, & altre cose.

Quando non si deue mangiar cosa alcuna, ma solamente beuer brodi.

Quando s'ha da pigliar medicamẽto.

Il danno, che segue per hauer il ventre stitico.

Che non si deue pigliar nè medicamento, nè clistero dopò il cibo, & perche.

Il danno, che seguita quando vno piglia medicamento solutiuo, prima che sia ben alterato, & liquefatto il cibo sodo nello stomaco.

Nota il caso occorso a quello c'hauerà mangiato hauuti ramoracci mo'i.

due dramme di iera; con ilqual medicamento si purgò gran copia d'acqua; ma il ventricolo sentiua molto maggior dolori di prima, & a questo non giouauano clisteri, non ontioni, non fomenti, non theriache; talmente che la cosa era ridotta all'vltima disperatione, quando noi chiamati a questa cura, leuati tutti gli altri rimedij, con dargli solamente brodi da beuere, accioche quelli ramoracci ancora crudi, & grani nel ventricolo, come posti a bollire nel modo; che si deue in vna pignatta, s'alzassero in alto, si cuocessero, & si squagliassero, & liberassimo colui da i dolori, & da gli altri mali.

In qual modo colui fu ridotto in sanità.

Così accade, quando l'huomo ha qualche materia superflua, & cruda nel corpo, la quale si può di sua natura cuocere; & cerca d'euacuarla ò con medicamento, ò con cauar del sangue, ne sente sempre notabil nocumento. Imperoche s'impedisce la concottione di quel che per se stesso si cuocerebbe, & con mouersi quello, che spontaneamente posa, & si ferma, quale deue esser quello, che si cuoce, si come auuertisce Hippocrate, nel sesto dell'Epid. si mette in pericolo la cosa, che in se è sicura: ilche si fa principalmente, quando si leua dal corpo qualche humore, che poteua portar vtile con la sua mistione alla cottion, che si douea fare: finalmente quella materia priuata dell'humore, con l'aiuto del quale si poteua più facilmente cuocere, per esser seco composta, trauaglia l'ammalato con maggior vehemenza, & più longo tempo, & qualche volta ancora lo riduce a gran pericolo di vita; & tanto basta circa ciò. Ma se in particolare l'ammalato sarà li rotti puzzolenti, & cacciarà fuori ventosità per le parti da basso, che puzzi, & si lamentarà di dolor di testa, non ha da beuer vino, nè mangiar cosa alcuna soda, nè manco deue in tutto star sobrio. Percioche il vino ferma nel ventricolo, & indura le cose putrefatte, & gli augumenta il calor loro, & offende la testa già debole. Il cibo poi, perche è di soda sostanza, sicome in questo caso non si squaglia facilmente, ma vien fatto più secco dal calor putrido, così aggraua, crucia, & debilita molto più il ventricolo. Lo star poi affatto senza pigliar cosa alcuna, è causa di maggior debilità; percioche le cose putrefatte non possono dar nutrimento alcuno; per la qual cosa Hippocrate, nel quarto de gli acuti dice, che colui, ilquale è molestato da dolor di testa, & dalla crapula, non può star digiuno senza qualche dispiacere; ma come esso dice, deue sorbire del brodo caldo, accioche paia piu soaue; & questo fa con consiglio d'Heraclide Tarentino, ilqual diceua, che quando vno è molestato ò da indigestione, ò da colera, è conueniente con mediocri potioni mescolare gli humori corrotti con

Quando si mettono in pericolo le cose sicure.

Quando non s'ha da beuer vino, nè mangiar cose sode.

Il danno, che porta il vino.

Il danno, che porta il cibo solido.

Il danno, che seguita à non mangiar cosa alcuna.

Che quelli, che sono molestati dalla crapula, nõ possono star digiuni, & quel che hãno da fare.

ti con nuoua beuanda, perche con questa mistura la putredine, & il fetore si contempera in quel modo, come si fa con l'acqua posta sopra d'una cosa puzzolente. Et così essendo in certo modo la natura rinfrancata, caccia fuori per il ventre questi humori superflui, non con violenza, ma piaceuolmente; talmente che si può concludere, che nissuna altra sorte di cura ha quasi mai portato giouamento alcuno a questo male, senza qualche altra gran molestia.

L'vtile del brodo.

Quando la natura caccia piaceuolmente gli humori cattiui fuor del corpo.

Et a questo modo si conosce, come si deue procedere quando l'huomo ha il ventre troppo pieno; in qual modo poi, & con quali medicamenti si debba lubricar il ventre, si scriuerà più abbasso.

Della cura, & preseruatione della fiacchezza. Cap. X.

E' Necessario in questo fatto considerare benissimo se l'huomo per qualche passion d'animo si sente fiacco; ilche si conoscerà facilmente dalle parole dell'ammalato, da nuoui, & insoliti atti, & anco dal polso, se segli applicarà la mano, & con diligenza si contemplerà; percioche questi tali quasi sempre sono tristi, & pallidi, & sospirano assai, & quasi mai dormono; non mangiano con appetito, non hanno cura di cosa alcuna, trauagliano disordinatamente, & in somma paiono impazziti con qualche ragione. Il polso poi è quasi come deue esser naturalmente, non solo hauendo rispetto all'età, al sesso, & alla complessione, ma anco a quella infermità, la quale all'hora lo può trauagliare. Ma quando si viene a far mentione di quella cosa, per la quale colui è trauagliato, ilche però si deue fare con tal garbo, che l'ammalato non si auueda che alcuno sappia questo suo affanno; ilqual sospetto confonde il giuditio della cosa dubbiosa, & varia similmente li polsi, li quali si agitano precipitosamente, & si fermano, & si muouono senza ordine, senza vgualità, & senza misura.

Come si conosce la fiacchezza, che nasce dalla passion d'animo.

I segni della passion dell'animo.

Quale è il polso suo.

Come si porta colui, quando li tratta di quella sua passione.

Ma quando si cessa da questo ragionamento, ò subito, ò fra poco, tornano nello stato primiero; ma di questo bisogna farne l'esperienza, più & più volte; altrimente se l'huomo lo farà se non due, ò tre volte, si trouerà spesso ingannato; perche il polso si suole alterar per mille altre cause. Poiche adunque verisimilmente si sarà venuto in cognitione, che la causa della fiacchezza è qualche passion d'animo, all'hora l'officio del medico diligente sarà d'inuestigare ancora quanto profondamente

Il polso si altera per molte cause.

Quello che deue fare il medico, poi che ha conosciuto che la fiacchezza viene da passione d'animo.

sia penetrata nell'animo; percioche è di molta importanza sapere se quella passione è penetrata ò poco, ò assai; & benche sia cosa tanto difficile, che con l'arte non s'è potuto sin'hora arriuare a questa cognitione, è però conueniente sforzarsi di conoscerla con qualche ragioneuole coniettura. Però poi che il medico haurà con gran diligenza considerato il tutto, con pigliar il polso in mano, & con essortar l'ammalato a star di buona voglia, è cosa conueniente, & opportuna non più tenergli nascosto questo suo male, ma con bel modo farglilo sapere, acciochè conosca la sua infermità. Et mentre che si viene a questi termini, deue il medico con gran diligenza considerar benissimo la faccia, gli occhi, & massime il polso dell'ammalato, perche in esso si sentirà gran mutatione, & trauaglio, come haueuo detto. Se adunque questa passione haurà fatto poca impressione, mentre che questo si raccontarà all'infermo, la sua faccia subito si spauenterà, & gli occhi si mutaranno, & il polso si farà disordinato, ma quasi subito esso confessarà, che s'è trouato il principio, & la causa del suo male: onde si rallegrarà, & con la speranza, che haurà nel medico, crederà presto di risanarsi; & per questo anco andarà pian piano riposando, & cominciarà a pigliar bene il sonno: il polso, & gli occhi ritorneranno ben presto nell'esser suo, & in somma ogni cosa andarà di bene in meglio; & si come il male in vn subito si rimetterà, così ben presto si leuarà del tutto. Et in questo caso non è bisogno altro rimedio, che il trouar la causa nascosta, la quale così secretamente trauagliaua l'infermo; laqual cosa noi hauemo prouato non vna, ma molte & molte volte. Et di questo non dirò più altro, non perche con verità non mi sia occorso a far queste cose, ma perche essendo già passate, mi dubito, che non mi saria forse creduto, s'io le raccontassi con molta diligenza. Ma ben dirò, che quelli, che hanno visto, possono esser testimonio di tal cosa, se pure ancora sono viui.

Quando si deue dir il suo male a l'infermo.

Quel che deue fare il medico mentre gli lo dice.

Come si conosce, che questa passione habbia fatto poca impressione.

Quando non è bisogno altro remedio, che il trouar la causa del male.

Come si conosce il male, quando è penetrato al profondo.

Ma se questa passione sarà penetrata molto al profondo, poiche si sarà ragionato a quel modo, che hauemo detto, all'infermo, ne seguiranno le medesime mutationi, ma non per questo s'acquieteranno, come accaderà nel primo caso, anzi duraranno molto più, & l'ammalato sempre anderà di mal in peggio; ilquale essendo interrogato di qualche cosa, spesso affermerà, spesso negarà, & tal volta ancora passarà da vn proposito a vn'altro, ò che arditamente dirà, che si debbia parlare d'altro, che di questo, ma se forse per all'hora s'allegrarà alquanto, perche crederà che si sia trouata la causa del suo male, nondimeno gli altri accidenti perseueraranno longo tempo nel esser suo, talche non solo il male non s'al-

legerirà

legerirà, ma più presto ogn'hora andarà crescendo.

La principale intentione adunque del medico, in questo caso, deue essere di leuar la causa con tutti quelli contrarij rimedij, che si possano trouare: la seconda deue essere di prouocare con ogni diligenza, il sonno, poiche gli ammalati di questo male, si consumano in gran parte per il non dormire: la terza è, se nessuna di queste due può hauere effetto, di diuertire altroue la mente dell'ammalato, accioche quanto più si può, si scordi di quella così pericolosa imaginatione. Contrarie adunque al male sono tutte quelle cose, che di rimpetto se gli oppongono, verbi gratia, se per essere uno stato priuato di qualche dignità, gli sarà venuto questo male, s'ha da sapere al certo, che reintegrandolo di quel honore, subito si risanarà, il simile si può dire di pigliar moglie, ò di qualche altra cosa bramata: percioche il godere la cosa desiderata, subito è causa della sanità di colui, ma non potendosi fare alcuna di queste cose, s'ha da affaticare per truouar qualche cosa al proposito di tale effetto, c'habbia simiglianza di quella, & con tal maniera, & diligenza l'ha da adombrare, che l'ammalato creda in ogni modo, che tal cosa sia quella istessa, che gli desidera. In somma si deue quanto può affaticare di porre in sua possanza tutto quello, per la cui absenza ha potuto hauere, ouero s'è imaginato d'hauere quella fiacchezza.

Qual deue essere la principale intentione, in questo caso.
Quale è la seconda intentione.
Quale è la terza intentione.
Quale sono le cose contrarie a que sta infermità.

Se l'animo di colui per queste cose si sarà riposato, si può tenere per certo, che anco il sonno ne verrà in consequenza, ma se pure non potrà dormire, bisogna applicarli qualche rimedio, ilquale inuiti a dormire la sua natura, già stracca per le troppo longhe vigilie, già che interuiene al non dormire, quello che interuiene per non mangiare al tempo suo, perche se uno hauerà fame, all'hora conueniente del mangiare, & non pigliarà il suo cibo, ne seguita, che subito gli cessa l'appetito, & non gli suole ritornare così presto, se non è prouocato, da qualche incitamento di soaui cibi: così accade a quelli, a' quali essendo passata l'hora consueta del dormire, ò c'hanno perduto affatto il sonno, ò se pure dormono, il sonno suo è molto trauagliato, & così, si come il mangiare troppo, è di grande nocumento dopò, che l'huomo ha patito una gran fame, così nuoce il gran sonno, dopò una longa vigilia; & però bisogna prouocare il sonno, non con quelli rimedij, che sono molto efficaci a produrre questo effetto, perche queste cose tali impediscono la natura, fanno l'huomo attonito, & estinguono il calor naturale; ma con quelle, che leggiermente cacciano la vigilia, & prouocano il sonno, tra le quali questo è delli più facili, cioè dopò l'hauer mangiato, & massime dopò cena, ritirarsi

Il danno, che segue per non dormire.
Il lõgo sonno nuoce dopò longa vigilia.
Come si deue prouocare il sonno in questo caso.

ò acri, ò puzzolenti, quasi come s'hauessero l'odore d'oui putrefatti, & che esca gran copia di vento per le parti dabasso, & molto puzzolente; che insieme vi sia il dolor di testa. Se passate le cinque, ò sei, ò sette hore, dopò che haurà mangiato assai bene, in vn tratto, & con gran furia si scopriranno sputi, che impediscano il fiato; li quali se saranno liquidi, & in forma di saliua, mostrano c'ha da seguire, ò nausea, ò vomito; se anco saranno grossi, & viscosi, pronosticano che colui sarà assaltato da vna pericolosa soffocatione.

Delli segni della pienezza di testa. Cap. VI.

Li segni della pienezza di testa c'ha da venire.

I segni della pienezza di testa c'ha da venire, sono questi, cioè, grauezza della fronte, & de gli occhi; dolor, ò peso nella parte posteriore della testa; vn circolo a guisa di corona, che occupa prima il fronte, poi le tempie, & poi le parti posteriori della testa, & all'vltimo accompagnato con dolore, molesta tutte queste parti. Seguita gran sonno, gli occhi sono pieni d'humore, ò che hanno in se notabil grauezza;

Come per l'essercitio, casca il mocco dal naso, & la saliua dalla bocca.

quando l'huomo fa essercitio, casca il mocco dalle narici, & la saliua dalla bocca; & questo seguita, perche mentre, che il corpo riposa, quando la testa è piena di grand'abondanza d'humori, vi si generano bene molti spiriti, ma per la lor copia si condensano, & chiudono li meati della testa. Ma quando poi per la fatica, la testa s'è riscaldata, quelli spiriti prima s'attenuano, & poi trouandosi in luogo così stretto, si conuerteno in acqua, & a questo modo esce la saliua per bocca, & il mocco per le narici.

Come si può antiueder questo male per vn'altro segno.

Questo male si può antiuedere per vn'altro segno, che non è troppo volgare, cioè quando, appresso al resto l'huomo ha le narici, la bocca, il palato, & le fauci secche, & con tutto questo non ha sete, ne manco sente alcun caldo nel petto, & nel fianco destro, doue è sottoposto il fegato; percioche questi segni mostrano, che la testa non solo è piena, ma anco è opilata, & chiusa. Ma perche questo punto non è stato auuertito mai da alcuno, sarà facil cosa, ch'io sia ripreso da molti, come inuentore d'opinioni nuoue, & false: pur se il fatto sarà poi considerato con gran diligenza, si conoscerà subito, che quei mali, li quali con questi segni sono giudicati maligni da altri, & per consequenza, che si debbano curare con quei medicamenti, che resistono alla malignità, chiamati da alcuni bezoartici, senza hauere altra consideratione alla testa, non

Come si conosce, che la testa sia, & piena, & opilata. Come questo fatto non è stato notato da alcuno.

Che questi mali no sono maligni, se ben sono stimati maligni.

hanno

hanno in se alcuna maggior malignità di quel che habbia il letargo, ò la freneſia, & che gli huomini ſpeſſe volte morono non per la forza di queſti mali, ma per difetto delli medici.

Quando poi queſta pienezza ſarà compita, oltra che li ſegni, che hauemo detto, duraranno molto più tempo, vi ſarà anco vn gran ſtrepito d'orecchie, pulſatione delle tempie, lacrime ſenza cauſa, & la faccia ſarà gonfia.

Quando tal pienezza è compita.

Della cautela, & cura commune delli detti mali. Cap. VIII.

QVESTE coſe ſi ſono dette per li ſegni della fiacchezza, della indigeſtione, & della pienezza di teſta; reſta hora, che trattiamo della cura, & della preſeruatione di queſti mali. La preſente dottrina adunque è di due ſorti, ò commune, ò particolare; commune cura è quella, la quale reſiſte a tutte tre queſte indiſpoſitioni inſieme; particolare è poi quella, che reſiſte ad vna ſola, & particolare infermità; & queſta alle volte gioua non ſolo a gli ammalati, ma anco alli ſani; alle volte poi non conferiſce ſe non a gli ammalati. Ma prima biſogna ch'io tratti della cura commune.

Queſta dottrina è di due ſorti, commune, & particolare.

Quale è la commune.

Quale è la particolare.

Colui adunque, che mentre ch'è ſano, deſiderarà di preſeruarſi da queſte indiſpoſitioni, & ſe pur n'incomincia a ſentir qualche principio, hauerà caro, che il male non vada creſcendo più inanzi, gli conuerrà prima, & principalmente habitar, quanto ſi può, nel più alto luogo di queſta Città, & che la ſtanza ſua ſia prima ben chiara, & eſpoſta al Sole d'eſtate, & d'inuerno; & che le porte, ò le fineſtre ſi riſguardino al dritto, l'vna & l'altra in quella parte, doue ſaranno ſituate, acciochè niſſuna ſorte d'aere vi ſi trattenga molto dentro, altrimente ſi corrompe, & ſi putrefà; & che non ſi fermi molto nelle più baſſe parti della caſa, ma nelle più alte; perche a queſto modo tirarà ſempre a ſe l'aere più puro, manco groſſo, & manco denſo. Biſogna poi trattenerſi in caſa più che ſi può, quando regnano venti gagliardi; ma ſe pur all'huomo conuerrà d'vſcire, deue auuertire di non paſſar per quella via, per la quale camina il vento; & ſe pur ſarà ſforzato a non far altra ſtrada, non deue andar in fretta, ma lentamente in modo, che habbia da tirar manco aere per la reſpiratione; perche altrimente il corpo, per quel frettoloſo paſſo, è più facile a tirare; & dall'altra parte il ven-

Prima s'hà d'habitar ne' luoghi più alti della Città, & delle caſe.

Nota le qualità, che deue hauere vna buona ſtanza.

Che niſſuno non ſi deue fermare molto nelle ſtanze più baſſe.

Quel che s'ha da fare, quando regnano i venti.

Come il corpo s'empie di vento.

to, che viene all'incontro, corre con più velocità; per la qual cosa il capo, il petto, & tutto il corpo si viene ad empire fuor di misura di vento, non senza gran danno suo.

Come il ventre deue esser ben lubrico.

E' anco necessario hauer il corpo talmente obediente, che l'euacuatione sua sia ben proportionata alla quantità delli cibi, che si pigliano ogni giorno; la quale in Roma è molto copiosa, come hauemo detto; & la proportione sarà assai conueniente, se il ventre si euacuerà due, tre, ò quattro volte tra il giorno, & la notte. In qual modo poi si possa essequir questo nostro consiglio, se n'è trattato da noi allungo in quel libretto intitolato di lubricar il corpo. Ma accioche quelli, che leggeranno questa nostra opera, non habbiano causa di durar molta fatica in cercar altri libri, & c'habbiano qualche risolutione sopra di ciò, con la maggior breuità che potremo, trattaremo fra poco, come si deue far per lubricar il corpo.

Quante volte al giorno si deue euacuare il ventre.

Et a questo modo mi pare d'hauer a bastanza detto, quel che bisogna per difendersi da questi mali, innazi che n'assaltino; & per raffrenarli quando già sono venuti.

Della particolare preseruatione, & cura della pienezza della testa. Cap. VIII.

MA per venire a qualche particolare rimedio di questo male; l'huomo deue sforzarsi non solo quando si sente già questa indispositione, ma anco quando teme, che non gli venga, di fuggir tutte quelle cose, che hanno in se fermo, & gagliardo odore, com'è il musco, l'ambracano, il Zibetto, il belgioino, l'aglio, le cipolle, il porro, la scalogna, & tutte l'altre cose, c'hanno grand'odore, perche tutte empiono la testa; oltra di questo pigliar in poca quantità tutte quelle, che si fermano, & s'attaccano molto tempo nel ventricolo; in somma lassar tutte quelle cose, che con difficoltà si cuociono, & generano vapori, come sono auellane, noci, mandole, pignoli, pistacchi, dattili, frutti di rono, & della cerasa seluaggia, melengiani, oliue, persichi secchi, cotogni cotti, ò nel vino, ò nel mosto, tartufi, specie, legumi, riso, radici, quasi tutte le sorti di semi, come è l'aniso, finocchio, coriandro, cauoli, lattuche, ruccola, carne, & fegato di bufalo, latte, ricotta, cascio, vini molto potenti: & per concluderla, fuggir la crapula, l'embriachezza, & la varietà delli cibi, & delli vini, li quali essendo per la lor suauità facili ad esser presi, quanto più se ne

Come si deuono fuggire tutte quelle cose, c'hanno forte odore, & quali sono queste cose.

Come si deuono pigliar poche di quelle cose, che si fermano, & s'attaccano nel ventricolo.

Et che generano vapori, & quali siano.

Come si deue fuggir la crapula, & l'embriachezza, & la varietà de' cibi, & de' vini.

se ne piglia, con tanta più difficoltà si sogliono cuocere nello stomaco. Oltra di ciò bisogna fuggir il vomito, il dormir troppo, & massime di mezo giorno, la stitichezza di corpo, & di non andar al Sole, & di non fare essercitio subito dopò il cibo. Quando l'huomo è sudato, non è bene a beuere molto freddo, nè stare all'aere freddo, nè manco esporsi all'aperta per aspettar il Sole, quando il Cielo è mezo coperto di nuuole, accioche l'huomo hora non si scaldi, & hora non si raffreddi; perche da questo ne nascono principalmente le grauezze di testa, & li catarri. Bisogna anco schifare il Sole di mezo giorno, & il freddo della mattina, & della sera, & l'aere del Tenere; non andar al chiaro della Luna, & all'ardor del Sole, & massime dopò hauer mangiato, & beuuto vino, come hauemo detto. Ma se l'huomo è sforzato andar al Sole, deue con diligenza coprir la testa, accioche non si scaldi troppo, onde poi per star in vn subito all'ombra, ne possa patir gran freddo. Deue anco auuertir quando la mattina s'è leuato, come molti sogliono fare, di non pettinarsi molto, nè in fretta la testa; perche a questo modo la pelle si scalda, & per tal riscaldamento è più l'escremento, che si tira, che non è quello, che si risolue. Basterà adunque per vn poco moderatamente, & pian piano stropicciare la testa con il pettine, accioche essendo la pelle per quella via fatta alquanto rara, li pochi escrementi, che prima vi erano sotto, possano uscir più facilmente. Et già che a tutti è di gran danno il trauagliar con l'animo, & il pensar assai dopò il cibo, bisogna sapere, che di molto maggior danno è a quelli, che patiscono tale infermità, & ben che l'aere grosso, denso, & tepido, & li flati uchementi, & li luoghi concaui, & piani, dai quali suol sorgere il vapor denso, nociono assai a tutti questi mali (come hauemo detto) nuoce però molto più al capo. In questo caso poi non è dubbio, che saria cosa più utile a lassar del tutto il mangiare, & il beuere; perche a quel modo tutte le superfluità facilissimamente, & presto si consumariano. Ma perche la mutatione della consuetudine suol essere di gran danno, talmente che quelli, che sogliono mangiar due volte il giorno, se la mattina non haueranno preso il suo solito cibo, diuentano subito deboli, da poco, & timidi, sentono gran dolore nel ventre, come se li loro interiori fossero sospesi, & ritratti, l'orina si fa calda, & rossa, li escrementi del ventre s'abbruscciano, la bocca diuenta amara, gli occhi si fanno concaui, le tempie contra l'ordine naturale quasi crollano, le estremità del corpo si fanno fredde, alle volte ancora non possono cenare, & se pur cenano, sono molestati da vna notabil grauezza di ventre, talmente che sentono maggior molestia, & trauaglio

Come si deue fuggire il vomito, il dormire troppo, & massime di mezo giorno, & altre cose, & quali siano.

Quel che non deue fare, quando è sudato.

Come si deue schifar il Sole di mezo giorno, il freddo della mattina, & della sera, l'aere del Tenere, & il chiaro della Luna, & altre cose.

Quando si deue coprir la testa.

Come l'huomo non si deue molto pettinar la mattina, & per qual causa.

Come il trauagliar con l'animo, e grãdissimo danno a questa infermità, quando segue dopo pasto.

Come l'aere grosso, denso, il flati, li luoghi piani, nociono molto a questo male.

Come per conto di questo male saria bene a nõ mangiare.

Qual danno segnita dal non mangiare.

per tutta quella notte, che se haueſſero pigliato il ſuo ſolito cibo la mattina. Per tutte queſte cauſe è molto meglio, in tal caſo, cibarſi la mattina di qualche coſa di buono, ma ben poca, & ſe non vi ſarà ſete, potrà quel cibo eſſer ſodo; ſe anco vi ſarà ſete, biſognerà che ſia liquido, & il numero del mangiare ſarà ſecondo il numero della ſua conſuetudine, verbi gratia, ſe il ſolito ſuo ſarà di mangiar vna volta, mangi vna, ſe due, due, ſe tre, tre volte, talmente che con l'oſſeruar la conſuetudine del cibarſi in quanto al numero del tempo, perche queſto non è nè accreſciuto, nè ſminuito, & dall'altro canto datoli il cibo in poca quantità, la natura, perche non ſi muta coſa alcuna, ſe non che ſe gli leua quel poco, che gli è di peſo, fatta più robuſta per la ſottrattione del nutrimento, attende a cuocer, quanto più può, quel che gli auanza, ò a conſumarlo, ò almeno a cacciarlo fuori del corpo.

Quando il cibo deue eſſer liquido, & quãdo ſodo.

Quante volte deue mangiar l'huomo.

Non ſarà anco ſe non di molta vtilità lubricar alquanto, & leggiermente il corpo, nel modo che abbaſſo ſi dirà.

Come l'huomo deue ſtare più preſto vigilante, che dormire.

Come il capo deue ſtare più alto, che baſſo.

Come ſi deue ſtar più preſto in piedi, che colcato.

Quello che ſi ha da beuere.

Quel che s'ha da fare, quãdo le fauci, & le narici ſono ſecche.

E' anco coſa vtile ſtar più ſpeſſo vigilante, che dormire, talmente però, che per leuar il ſonno non s'impediſca la concottione. Il capo s'ha, da tenere più ſpeſſo alto, che abbaſſato; percioche gli humori non vanno così facilmente all'insù, come vanno all'ingiù, & per il piano; & però è molto meglio ſtar più ſpeſſo in piedi, ò ſedere, che ſtare colcato. La beuãda ſua ha da eſſer acqua, pur che lo ſtomaco lo comporti; ma ſe ne ſente danno, potrà beuer vino, ilqual però ſia molto adacquato, & ben piccolo. Se la bocca, & le fauci, & le narici ſaranno ſecche, potraſſi inanzi il cibo onger il palato d'oſſimelle, ò maſticar qualcuna di quelle ballette, che ſi tengono in bocca la mattina, per far che la ſalina, che già è trattenuta nel capo, più facilmente venga in bocca; & apreſſo ongere le narici con olio di mandole dolci, ò di botiro, li quali però ſiano lauati tre, ò quattro volte con acqua freſca, & di poi vſar alcuna di quelle coſe, che fanno ſtarnutare.

Queſti ſono li remedij leggieri per la pienezza di teſta.

Quali ſono li remedij gagliardi per quello male.

Queſte ſono le coſe, che ſi poſſono fare quando appaiono leggieri inditij di pienezza di teſta; ma quando ſono più gagliardi, biſogna hauerci maggior diligenza, percioche quando il male è grande, è neceſſario venire ò a qualche medicamento gagliardo, ò al cauar del ſangue, & non per queſto ſi deuono laſſar da canto le coſe, che hauemo detto di ſopra; tra le quali giudico, che, ſe le narici, la boeca, & le fauci ſaranno humide, ſi può vſare qualche medicamento purgatiuo; ma ſe ſaranno ſecche, non ſi deue in conto alcuno venir a queſto rimedio; perche non potendo eſſo euacuare materia alcuna, come quella che è fiſſa nel capo, il

Quando ſi deue venir a medicamenti ſolutiui, & quando no in que ſto caſo.

medica-

medicamento dato alle volte non fa seruitio alcuno, & spesso anco è pernitioso, perche essendo li meati del capo, per li quali si deue euacuare quell'humore, chiusi, come si conosce dalla siccità delle narici, & della bocca, si può credere, che il medicamento solutiuo non tirarà, nè leuarà humore alcuno dalla testa; sicome ancora si può giudicare da gli altri segni della pienezza di testa, li quali senza alcuna euacuatione, non solo perseuerano, ma ancora s'augumentano. Nè manco l'huomo deue perseuerare in quella ostinatione, & falsa opinione, nella quale molti sono, cioè che se ben la bocca, le fauci, & le narici sono chiuse, nondimeno non è necessario, che li altri meati interiori, come sono le vene, & le arterie, per le quali si può euacuare l'humore, che pecca, siano serrate; poi che è cosa verisimile, che in si gran pienezza di testa, la natura cerchi sempre di scaricarsi; & però se qualche meato è aperto, per esso principalmente si deue euacuare l'humor superfluo; talche se questa euacuatione si fa per le vene, & per le arterie, è necessario, che qualche cosa più del solito s'euacui, ò per la vesica, ò per il ventre, ò per copioso sudore, poi che per il sudore si può purgare ogni sorte d'infermità (come dice Hippocrate) & insieme con questa euacuatione ne seguirà notabile alleuiamento di testa; perche quando tale euacuatione si facesse, & che non ne seguisse alcuno miglioramento, se alcuno poi volesse dire, che quella euacuatione fosse vtile, tale opinione saria più presto voluntaria, che ragioneuole. Talche se si può conoscer chiaramente, che nissuna di queste cose vi sono, non sò con qual ragione posa alcuno così al certo affermare, che li meati interiori della testa siano aperti; nè manco mi poso persuadere, che alcuno sia tanto ardito, che gli basti l'animo di dar qual si voglia medicamento solutiuo ad vno, che si lamenti di tanta pienezza di testa, quando ha la bocca, le fauci, & le narici tanto secche. Ma vedo, che subito alcuno s'opponerà a questa mia opinione, con dire, che in questo caso spesse volte il medicamento ha portato grand'vtile; delche n'hauerà fatto esperienza; & di più, che fatta la purgatione, la siccità della bocca, & delle narici s'è totalmente leuata: & da questo si conosce, che il medicamento non ha trouato impedimento alcuno; la qual cosa hauemo ancora noi molte volte conosciuto con l'esperienza esser vera, si come hauemo dichiarato ne' nostri Dialoghi di medicina, esponendo l'Aphorismo quarto, della settione decimanona. Ma colui ha da sapere, che la bocca, le fauci, & le narici s'essiccano alle volte con sete, alle volte senza sete, come disopra hauemo detto; & di più, che il capo patisce hora per se stesso, hora per consenso,

Quando il medicamento solutiuo non è d'vtile, anzi è di gran danno, & la causa di tale effetto.

Quando il medicamento non purga dalla testa.

Come alcuni credono, che se bene le fauci, & le narici sono chiuse, le vene però della testa, & l'arterie possono esser aperte.

Come per il sudore si può euacuare ogni sorte di mal humore.

Come in questo caso non si deue dare alcuno medicamento.

Nota quel che si può opponer a questa opinione.

Qual risposta si deue dare a quanto s'oppone disopra.

Come il capo può patir ò per se stesso, ò per consenso d'altri membri.

Come queste cose si conoscono.

Quando il medicamento è pericoloso.

Quando il medicamento può giouare.

Quando il medicamento spesso non gioua.

Quel che si deue fare prima che l'huomo si risolua di dar il medicamento.

Quando il medicamento ha da esser forte, & gagliardo.

so, cioè quando l'indispositione, non è principalmente nel capo, ma viene da altre parti. Se queste parti s'essiccaranno senza sete, & il capo sia offeso, & pieno per se, & non per consenso, all'hora il medicamento è molto pericoloso; ma se vi sarà insieme la sete, la qual nasca dalle altre parti, come se nascesse da qualche mala dispositione del ventricolo, in questo caso si truoua, che la purgatione è stata di qualche giouamento. Si come adunque gioua qualche volta, ma non sempre, così ancora molti s'ingannano, li quali sperando di leuar questa pienezza di testa il primo, ò il secondo giorno, con dar all'ammalato qualche gagliardo medicamento, non dico già, che tal cosa non possi accader qualche volta, se ben spesso l'huomo s'inganna; ma il più delle volte non riesce cosa alcuna buona, & tanto più, quando la bocca, le fauci, & le narici sono secche senza alcuna sete; nè manco si vede alcuna euacuatione, che possa scaricar la testa.

Truouo però gran difficoltà per far che l'huomo si risolua, quando è ben dare, ò non dare in questo caso, medicamento solutiuo. Si che bisogna inanzi, che l'huomo si risolua, mollificar il ventre per tre, ò quattro giorni, con quelle pilole, che disopra hauemo detto; ouero con qualche leggiero clistero. Et se a questo modo il capo s'alleggerirà alquanto; ma che per questo si possa giudicare, che il male non si risoluerà affatto, bisogna in tal caso seruirsi di qualche medicamento, ilqual se non sarà gagliardo, non può essere se non pericoloso. Et così hauemo dichiarato quando, & in qual modo si deue dare il medicamento gagliardo nella pienezza del capo.

Del cauar del sangue.

Quando in questo caso è necessario cauar il sangue.

Da qual parte si deue cauar il sangue.

MA se la siccità delle fauci, della bocca, & delle narici, non si leuerà con li rimedij che hauemo detto, & non solo sarà ostinata, ma anderà ogni giorno crescendo insieme con il male, bisognarà risoluersi di cauar sangue, pur ch'altro impedimento non ci sia. Et però se si verrà in cognitione, che la causa di questo male nasca, perche si trattenga il sangue, che forse soleua vscir per le narici, ò per le hemorrhidi, ò per la matrice, bisogna quanto prima cauar sangue da vno di questi membri doue è ritenuto, & in somma s'ha da cauar quanto più si può, da quella parte, nella quale si conosce, ch'è stato ritenuto; ma se non si potrà di sicuro comprendere da qual membro interiore nasca questa pienezza, in tal caso bisognerà risoluersi di cauar il sangue dalla vena

della

della testa; poi ch'ogn'vn giudica, che questa vena habbia maggior corrispondenza con il capo, che ogni altra vena.

Quando s'ha da cauar il sangue dalla vena della testa.

Nè bisogna ascoltar coloro, li quali, essendo, verbi gratia, ritenuto il sangue dalle narici, curano questa pienezza, cauando prima sangue dalla vena del fegato, & poi dalla vena della testa, & poi dalle narici; poi che non sò come si risoluessero, se la natura in questo caso euacuasse prima il sangue dalle narici, cioè se questa euacuatione fosse per giouare, ò per nocere; se essi rispondessero, che noceria, bisognaria dimandargli la causa di questo nocumento; poi che non è da credere, che leuando la causa del male, si possa dar danno all'amalato; ma se rispondessero, che gioueria, non vedo con qual ragione possano riprender colui, il quale imitando la natura, che opera bene, cauarà sangue nel principio da questa parte. Nè manco è da dubitare di cauar sangue in tal caso, ancora, che la natura curi questo male, con euacuare la pituità per il naso, & per la bocca; percioche in simile pienezza, come si può conoscere dalle cause, che hauemo detto di sopra, le vene del capo (ilche anco si comprende dall'anatomia) sono sempre piene, & il sangue cauato euacua ben prima le vene, ma poi fa questo buon'effetto; che, si come il ceruello, per esser tanto pieno, a pena prima si poteua alzare, così poi si ritira in se stesso, si dilata, & finalmente viene ad acquistare la sua solita, & facile respiratione, & insieme li meati communi si dilatano di maniera, che tutte le materie superflue, che in esso si ritrouano, si euacuano da se stesse, come si vede manifestamente con l'essempio dell'Inacquatorio de' giardini, chiamato da gli antichi Clepsidra, il quale essendo pieno d'acqua, con aprir il buco di sopra, ella esce liberamente per li buchi da basso. Hauemo adunque insegnato in qual modo l'huomo si deue difendere da questa pienezza, prima che venga, & com'è venuta, in qual modo se ne può liberare.

Nota quanto si dice cõtra di quelli, che prima cauano il sangue da lochi lontani, & poi da quelli, che prima sono lesi.

Come conuiene alle volte cauar sangue ancor che pecchi vn'altro humore.

Il buon effetto, che segue, quando si caua sangue dalla testa, nella gran sua pienezza.

Della pienezza del ventre. Cap. IX.

SEGVITA che parliamo della pienezza del ventre, nella quale nissuno giamai cascarà, il quale si come ogni giorno è sforzato a mangiar in gran copia, per la poca forza delli cibi, come già hauemo detto, così ogni giorno ancora farà vna copiosa euacuatione di ventre. Ma però bisogna, che costui auuertisca molto bene, che il cibo c'ha da prender non sia tanto, che graui lo stomaco, nè manco che sia si poco, che nuoti per la

Si come ogni giorno si mangia, così ogni giorno si deue hauere beneficio del corpo.

A che si deue auuertire, quando si mangia.

Come si può conoscere facilmente se l'huomo nō ha mangiato troppo.

per la cauità di esso, cosa che si conoscerà facilissimamente, se dopò il cibo si sentirà leggiero, di bel colore, & allegro, & che non senta dolore, ò tensione alcuna intorno & sotto al ventre, che non senta nausea, ne manco che ascenda alla bocca alcuno odore, ò sapore di quel che hauerà mangiato, & beuuto, ma più presto il contrario, cioè che habbia più bel colore, sia più pronto al mouersi, & più robusto, & poi che la notte seguente dorma bene, & la mattina, quando s'è leuato, sia allegro, & che non sputi molto, nè manco ch'esca gran materia per il naso. Se poi non hauerà la respiratione libera, sarà segno che hauerà beuuto troppo, & se hauerà gran sete, sarà segno c'hauerà mangiato troppo. Nel qual luogo bisogna auuertire, che quelli, che sogliono mangiar assai cibi solidi, debbano beuer assai acqua, con la quale li cibi si possano più facilmente squagliare, & non vino, il quale è molto sospetto in questo caso; perche si vede per esperienza che indurisce il pane, la carne, li pesci, & le altre sorti di cibi. Ma perche non si truoua persona, che senta vtile dal satiarsi troppo per vna gran fame, nè dall'estrema abstinenza per la gran pienezza; quando l'huomo si sente pieno, per hauer mangiato troppo, all'hora nè bisogna del tutto star senza cibo, per non confonder l'ordine della sua natural consuetudine, perche questa mutatione porta gran danno; nè manco mangiar cibi solidi, perche sono difficili da cuocere; ma deue sorbire ò brodi, ò qualche cibo liquido, che presto si cuoca.

Come si conosce s'vno ha beuuto troppo.

Come si conosce se vno ha mangiato troppo.

Per qual causa, quando si mangiano cibi solidi, si deue beuer acqua, & non vino.

Ciò che deue far vno, quando ha mangiato troppo.

Come il vomito non è buono, quādo vno ha mangiato troppo cibi solidi.

Quando poi vno s'è empito non di beuanda, ma principalmente di cibi solidi, costui non solo non sentirà vtilità alcuna dal vomito, ma più presto notabil danno; perciò che quanto più lo stomaco si troua pieno di cose graui, & dense, come son questi cibi, se si pigliano in gran quantità, tanto più difficilmente si fa l'espulsione per il vomito, poiche quella materia per esser graue, se ne và al basso, & non all'insù. Onde non è poi marauiglia, se nel sforzarsi l'huomo à vomitare, per quel gran puntamento che vi mette, se gli rompe spesso qualche vena, ò almeno mentre che il ventricolo troppo si stende, non incorra in grande estenuatione, & debilità. Però è molto meglio in questo caso beuer alle volte qualche brodo, ò simil cibo, con il quale si possa liquefar, & cuocere quella solida, & cruda materia, che è nello stomaco, che esporsi a questi pericoli, eccetto però se l'huomo fosse molto inclinato, & facile al vomitare. Et ben che Polibo, ouero Hippo. nel libro del vitto de' priuati, esorti l'huomo a vomitare due volte al mese, questo si deue intender principalmente di quelli, li quali senza mangiar cosa alcuna, attendono solo a beuere in gran quantità, come erano li Greci, a quali esso scriueua; cosa che

Il danno, che segue dal vomito troppo sforzato.

Quel di, che si deue nutrire l'huomo in questo caso.

Quādo sia bene a vomitar due volte il mese.

anco

anco noi laudiamo ne' gran beuitori, & massimè se vi sarà notabile necessità; pur che questi tali sappiano, che colui, ilquale sarà solito à vomitar spesso, ò ogni giorno, non può in conto alcuno esser ben sano, ne manco naturalmente inuecchiarsi, eccetto se vi sarà molto inclinato di natura. Finalmente quando ci saranno leggieri indityi di pienezza, a costui, se sarà solito a beuer assai, bastarà solamente lassar il vino, perche per questa sola via sentirà molto maggior giouamento, che se si gli leuasse alquanto di cibo. Ma se sarà huomo di gran cibo, non è conueniente lassar il vino, ma più presto leuar vna parte del solito cibo. Se poi vi saranno indityi manifesti di maggior pienezza, non solo, lassando il vino ha da beuere acqua, ma anco sminuendo il cibo, ha da lassar del tutto la carne; qualche volta ancora ha da mangiare manco pane del solito, & si deue contentar di qualche cibo humido, & massime di herbe. Dopò pasto non bisogna mangiar cosa alcuna, & sopra tutto fuggir li pomi, & li frutti horarij. Oltra di questo deue lassar quelli cibi, che incitano l'huomo a mangiare, ancorche non habbia fame; & parimente quelli vini, che inuitano l'huomo a beuer senza sete. Ma quando la pienezza è tanto grande, che non può quasi esser maggiore, bisogna lassar del tutto il mangiare, & il beuere, & solo, per conseruar la consuetudine della natura, sorbir qualche cosa liquida, & di poca sostanza. Oltra di questo, deue, con vn leggiero medicamento procacciarsi qualche euacuatione, & massime quando il ventre è totalmente stitico; per la qual cosa poi ne vengono infiagioni, caligini d'occhi, dolori di testa, & altri mali nella parte superiore. Ma sopra il tutto bisogna auuertir di non pigliar nè medicamento, nè clistero subito dopò il cibo; percioche quell'humor crudo nel ventricolo sta ostinatamente saldo, & non si muoue sin tanto, che non è ben'alterato, & liquefatto. Però se alcuno tentarà di euacuare questa materia per via di qualche medicamento solutiuo, ne seguirà che se pur' vscendo dallo stomaco per il suo orificio inferiore, passarà a gli intestini, questo sarà con gran dolore, & danno dell'amalato; ouero che il medicamento non euacuerà parte alcuna di quella materia, per la quale è stato dato, ma in luogo suo euacuerà qualche parte di quelli humori vtili, con l'aiuto de' quali quella materia superflua si saria potuta cuocere; la qual priuata di buon succo, si rende più difficile alla concottione, si come à tempi nostri occorse a vno, ilquale, per hauer mangiato gran copia di ramoracci, il giorno seguente, hauendo lo stomaco pieno di molto vento, con grandissimi dolori, per consiglio d'vn medico prese dieci dramme di diacatolico, &

Come li Greci erano gran beuitori.

Come quello, che spesso vomita, nõ può esser ben sano, nè di lunga vita.

Quando basta solo a lassar il vino.

Quando non basta lassar il vino.

Quando si deue lassar il vino, & la carne, & mangiar manco pane.

Quando si deuono mangiare herbe, & lassar li frutti, & altre cose.

Quando non si deue mangiar cosa alcuna, ma solamente beuer brodi.

Quando s'ha da pigliar medicamẽto.

Il danno, che segue per hauer il ventre stitico.

Che non si deue pigliar nè medicamento, nè clistero dopò il cibo, & perche.

Il danno, che seguita quando vno piglia medicamento solutiuo, prima che sia ben alterato, & liquefatto il cibo sodo nello stomaco.

Nota il caso occorso a quello che hauerà mangiato molti ramoracci.

due dramme di iera; con ilqual medicamento si purgò gran copia d'acqua; ma il ventricolo sentiua molto maggior dolori di prima, & a questo non giouauano clisteri, non ontioni, non fomenti, non theriache; talmente che la cosa era ridotta all'vltima disperatione, quando noi chiamati a questa cura, leuati tutti gli altri rimedij, con dargli solamente brodi da beuere, accioche quelli ramoracci ancora crudi, & graui nel ventricolo, come posti a bollire nel modo, che si deue in vna pignatta, s'alzassero in alto, si cuocessero, & si squagliassero, & liberassimo colui da i dolori, & da gli altri mali.

In qual modo colui fu ridotto in sanità.

Così accade, quando l'huomo ha qualche materia superflua, & cruda nel corpo, la quale si può di sua natura cuocere; & cerca d'euacuarla ò con medicamento, ò con cauar del sangue, ne sente sempre notabil nocumento. Imperoche s'impedisce la concottione di quel che per se stesso si cuocerebbe, & con mouersi quello, che spontaneamente posa, & si ferma, quale deue esser quello, che si cuoce, si come auuertisce Hippocrate, nel sesto dell'Epid. si mette in pericolo la cosa, che in se è sicura: ilche si fa principalmente, quando si leua dal corpo qualche humore, che poteua portar vtile con la sua mistione alla cottion, che si douea fare: finalmente quella materia priuata dell'humore, con l'aiuto del quale si poteua più facilmente cuocere, per esser seco composta, trauaglia l'ammalato con maggior vehemenza, & più longo tempo, & qualche volta ancora lo riduce a gran pericolo di vita; & tanto basta circa ciò. Ma se in particolare l'ammalato sarà li rotti puzzolenti, & cacciarà fuori ventosità per le parti da basso, che puzzi, & si lamentarà di dolor di testa, non ha da beuer vino, nè mangiar cosa alcuna soda, nè manco deue in tutto star sobrio. Percioche il vino ferma nel ventricolo, & indura le cose putrefatte, & gli augumenta il calor loro, & offende la testa già debole. Il cibo poi, perche è di soda sostanza, sicome in questo caso non si squaglia facilmente, ma vien fatto più secco dal calor putrido, così aggraua, crucia, & debilita molto più il ventricolo. Lo star poi affatto senza pigliar cosa alcuna, è causa di maggior debilità; percioche le cose putrefatte non possono dar nutrimento alcuno; per la qual cosa Hippocrate, nel quarto de gli acuti dice, che colui, ilquale è molestato da dolor di testa, & dalla crapula, non può star digiuno senza qualche dispiacere; ma come esso dice, deue sorbire del brodo caldo, accioche paia più soaue; & questo fa con consiglio d'Heraclide Tarentino, ilqual diceua, che quando vno è molestato ò da indigestione, ò da colera, è conueniente con mediocri potioni mescolare gli humori corrotti con

Quando si mettono in pericolo le cose sicure.

Quando non s'ha da beuer vino, nè mangiar cose sode.

Il danno, che porta il vino.

Il danno, che porta il cibo solido.

Il danno, che seguita à non mangiar cosa alcuna.

Che quelli, che sono molestati dalla crapula, nō possono star digiuni, & quel che hāno da fare.

ti con nuoua beuanda, perche con questa mistura la putredine, & il fetore si contempera in quel modo, come si fa con l'acqua posta sopra d'una cosa puzzolente. Et così essendo in certo modo la natura rinfrancata, caccia fuori per il ventre questi humori superflui, non con violenza, ma piacevolmente; talmente che si può concludere, che nissuna altra sorte di cura ha quasi mai portato giouamento alcuno a questo male, senza qualche altra gran molestia.

L'vtile del brodo.

Quando la natura caccia piacevolmente gli humori cattiui fuor del corpo.

Et a questo modo si conosce, come si deue procedere quando l'huomo ha il ventre troppo pieno; in qual modo poi, & con quali medicamenti si debba lubricar il ventre, si scriuerà più abbasso.

Della cura, & preseruatione della fiacchezza. Cap. X.

E' Necessario in questo fatto considerare benissimo se l'huomo per qualche passion d'animo si sente fiacco; ilche si conoscerà facilmente dalle parole dell'ammalato, da nuoui, & insoliti atti, & anco dal polso, se segli applicarà la mano, & con diligenza si contemplerà; percioche questi tali quasi sempre sono tristi, & pallidi, & sospirano assai, & quasi mai dormono; non mangiano con appetito, non hanno cura di cosa alcuna, trauagliano disordinatamente, & in somma paiono impazziti con qualche ragione. Il polso poi è quasi come deue esser naturalmente, non solo hauendo rispetto all'età, al sesso, & alla complessione, ma anco a quella infermità, la quale all'hora lo può trauagliare. Ma quando si viene a far mentione di quella cosa, per la quale colui è trauagliato, ilche però si deue fare con tal garbo, che l'ammalato non si auueda che alcuno sappia questo suo affanno; ilqual sospetto confonde il giuditio della cosa dubbiosa, & varia similmente li polsi, li quali si agitano precipitosamente, & si fermano, & si muouono senza ordine, senza vgualità, & senza misura.

Come si conosce la fiacchezza, che nasce dalla passion d'animo.

I segni della passion dell'animo.

Quale è il polso suo.

Come si porta colui, quando si tratta di quella sua passione.

Ma quando si cessa da questo ragionamento, ò subito, ò fra poco, tornano nello stato primiero; ma di questo bisogna farne l'esperienza, più & più volte; altrimente se l'huomo lo farà se non due, ò tre volte, si troverà spesso ingannato; perche il polso si suole alterar per mille altre cause. Poiche adunque verisimilmente si sarà venuto in cognitione, che la causa della fiacchezza è qualche passion d'animo, all'hora l'officio del medico diligente sarà d'inuestigare ancora quanto profondamente

Il polso si altera per molte cause.

Quello che deue fare il medico, poi che ha conosciuto che la fiacchezza viene da passione d'animo.

sia penetrata nell'animo; perciochè è di molta importanza sapere se quella passione è penetrata ò poco, ò assai; & benche sia cosa tanto difficile, che con l'arte non s'è potuto sin'hora arriuare a questa cognitione, è però conueniente sforzarsi di conoscerla con qualche ragioneuole coniettura. Però poi che il medico haurà con gran diligenza considerato il tutto, con pigliar il polso in mano, & con essortar l'ammalato a star di buona voglia, è cosa conuenicnte, & opportuna non più tenergli nascosto questo suo male, ma con bel modo farglilo sapere, acciochè conosca la sua infermità. Et mentre che si viene a questi termini, deue il medico con gran diligenza considerar benissimo la faccia, gli occhi, & massime il polso dell'ammalato, perche in esso si sentirà gran mutatione, & trauaglio, come haucmo detto. Se adunque questa passione haurà fatto poca impressione, mentre che questo si raccontarà all'infermo, la sua faccia subito si spauenterà, & gli occhi si mutaranno, & il polso si farà disordinato, ma quasi subito esso confessarà, che s'è trouato il principio, & la causa del suo male: onde si rallegrarà, & con la speranza, che haucrà nel medico, crederà presto di risanarsi; & per questo anco andarà pian piano riposando, & cominciarà a pigliar bene il sonno: il polso, & gli occhi ritorneranno ben presto nell'esser suo, & in somma ogni cosa andarà di bene in meglio; & si come il male in vn subito si rimetterà, così ben presto si leuarà del tutto. Et in questo caso non è bisogno altro rimedio, che il trouar la causa nascosta, la quale così secretamente trauagliaua l'infermo; laqual cosa noi haucmo prouato non vna, ma molte & molte volte. Et di questo non dirò più altro, non perche con verità non mi sia occorso a far queste cose, ma perche essendo già passate, mi dubito, che non mi saria forse creduto, s'io le raccontassi con molta diligenza. Ma ben dirò, che quelli, che hanno visto, possono esser testimonio di tal cosa, se pure ancora sono viui.

Quando si deue dir il suo male a l'infermo.

Quel che deue fare il medico mentregli lo dice.

Come si conosce, che questa passione habbia fatto poca impressione.

Quando non è bisogno altro remedio, che il trouar la causa del male.

Ma se questa passione sarà penetrata molto al profondo, poiche si sarà ragionato a quel modo, che haucmo detto, all'infermo, ne seguiranno le medesime mutationi, ma non per questo s'acquieteranno, come accaderà nel primo caso, anzi duraranno molto più, & l'ammalato sempre anderà di mal in peggio; ilquale essendo interrogato di qualche cosa, spesso affermerà, spesso negarà, & tal volta ancora passarà da vn proposito a vn'altro, ò che arditamente dirà, che si debbia parlare d'altro, che di questo, ma se forse per all'hora s'allegrarà alquanto, perche crederà che si sia trouata la causa del suo male, nondimeno gli altri accidenti perseueraranno longo tempo nel esser suo, talche non solo il male non s'allegerirà

Come si conosce il male, quando è penetrato al profondo.

legerirà, ma più presto ogn'hora andarà crescendo.

La principale intentione adunque del medico, in questo caso, deue essere di leuar la causa con tutti quelli contrarij rimedij, che si possano trouare: la seconda deue essere di prouocare con ogni diligenza, il sonno, poiche gli ammalati di questo male, si consumano in gran parte per il non dormire: la terza è, se nessuna di queste due può hauere effetto, di diuertire altroue la mente dell'ammalato, accioche quanto più si può, si scordi di quella così pericolosa imaginatione. Contrarie adunque al male sono tutte quelle cose, che di rimpetto se gli oppongono, verbi gratia, se per essere vno stato priuato di qualche dignità, gli sarà venuto questo male, s'ha da sapere al certo, che reintegrandolo di quel honore, subito si risanarà, il simile si può dire di pigliar moglie, ò di qualche altra cosa bramata: perciochè il godere la cosa desiderata, subito è causa della sanità di colui, ma non potendosi fare alcuna di queste cose, s'ha da affaticare per truouar qualche cosa al proposito di tale effetto, c'habbia simiglianza di quella, & con tal maniera, & diligenza l'ha da adombrare, che l'ammalato creda in ogni modo, che tal cosa sia quella istessa, che gli desidera. In somma si deue quanto può affaticare di porre in sua possanza tutto quello, per la cui absenza ha potuto hauere, ouero s'è imaginato d'hauere quella fiacchezza.

Qual deue essere la principale intentione, in questo caso.

Quale è la seconda intentione.

Quale è la terza intentione.

Quale sono le cose contratie a questa infermità.

Se l'animo di colui per queste cose si sarà riposato, si può tenere per certo, che anco il sonno ne verrà in consequenza, ma se pure non potrà dormire, bisogna applicarli qualche rimedio, ilquale inuiti a dormire la sua natura, già stracca per le troppo longhe vigilie, già che interuiene al non dormire, quello che interuiene per non mangiare al tempo suo, perche se vno hauerà fame, all'hora conueniente del mangiare, & non pigliarà il suo cibo, ne seguita, che subito gli cessa l'appetito, & non gli suole ritornare così presto, se non è prouocato, da qualche incitamento di soaui cibi: così accade a quelli, a' quali essendo passata l'hora consueta del dormire, ò c'hanno perduto affatto il sonno, ò se pure dormono, il sonno suo è molto trauagliato, & così, si come il mangiare troppo, è di grande nocumento dopò, che l'huomo ha patito vna gran fame, così nuoce il gran sonno, dopò vna longa vigilia; & però bisogna prouocare il sonno, non con quelli rimedij, che sono molto efficaci a produrre questo effetto, perche queste cose tali impediscono la natura, fanno l'huomo attonito, & estinguono il calor naturale; ma con quelle, che leggiermente cacciano la vigilia, & prouocano il sonno, tra le quali questo è delli più facili, cioè dopò l'hauer mangiato, & massime dopò cena, ritirarsi

Il danno, che segue per non dormire.

Il lõgo sonno nuoce dopò longa vigilia.

Come si deue prouocare il sonno in quello caso.

Il più facile rimedio, per prouocare il sonno.

rarsi in vn luogo oscuro, & iui riposarsi con gli occhi chiusi, alle volte anco l'huomo si può seruire d'vno di quelli vasi portatili, che gettano pian piano acqua, con vno soaue strepito, incitatiuo del sonno. Oltre di questo sarà bene a pigliare in quella medesima hora vn'oncia, & meza di siropo violato, ouero di ninfea, ouero vn'oncia di quello di papauero, ouero vna meza oncia, ò poco più, ò meno di diacodion, senza specie, ouero altrettanto di latte di seme di papauero bianco, ouero l'istesso seme pesto, & ridotto in forma di ricotta con il Zuccaro sopra, la quale si fa a questo modo, cioè si pestano li semi di papauero nel mortaio,

Rimedij medicinali, per prouocare il sonno.

Come si concino li semi di papauero in forma di ricotta.

poi stemperati con l'acqua si colano con vn panno di lino, & quello, che n'esse si mette al fuoco in vno pignattino piccolo, & da questo ne viene vna cosa, che si assomiglia alla ricotta: s'hauerà sete, potrà pigliare due oncie di decottione di lattuca, ò di fior di viole, & beuerla con li siropi di sopra ordinati, potrà anco mangiare alquante mandole, dell'aniso, dell'aneto, & delle lattuche, oltre di questo se vi fosse solito, potria pigliare vn poco di cipolla, ò di porro, & beuer vino nuouo.

Di quelle cose, che diuertiscono altroue l'animo dell'huomo male occupato. Cap. xI.

MA se fatte queste cose l'ammalato non pigliarà alcuno miglioramento, bisogna mettere mano à quelle cose, che diuertiscono l'animo suo altroue, & queste sono di tre sorti. Alcune intorbidano li spiriti, li stordiscono, & li sturbano, & mutano talmente l'animo, che qualche volta leuano tutta la memoria di quella cattiua imaginatione. Alcune fanno il medesimo effetto, ò perche dilettano, ò perche promettono gran speranza di salute. Alcune altre per esser molto violente al corpo, & di gran paura nell'animo, con lo spauento del presente male, leuano la imaginatione fissa dell'altra infermità, & mentre, che s'improntano nell'animo vna cosa, differente da quella, che tanto haueuano à petto, si scordano affatto della prima infirmità.

Quelle cose, che diuertiscono l'animo altroue, sono di tre sorti.

La prima sorte.

La seconda sorte.

La terza sorte.

Tra li primi rimedij, è il vino potente, & puro, il mitridato, la Theriaca, le trifere grandi, le pilole di cinoglosa, & tutti li medicamenti, che hanno in se opio, perche tutte queste compositioni, benche sogliano anco prouocare il sonno, nondimeno adesso si propongano con altra intentione, come poco fa hauemo detto, che per prouocare il sonno.

Fra li primi rimedij, è il vino potente, & puro, & altre cose.

Li secondi rimedij sono gli amici grati, piaceuoli ragionamenti, li

Quali sono li secondi rimedij.

vcelli,

vcelli, cani sollazzeuoli, caualli di grandissimo prezzo, la musica, il nauigare, il pescare, & in somma tutte quelle cose, che piacciono sommamente all'huomo, quando è sano di mente; oltra di questo vi sono molte cose per mezzo delle quali l'huomo spesso si promette la sanità, con maniere marauigliose, & quasi diuine; di questa sorte sono gli incanti appresso à quelli, che gli hanno gran fede, altrimenti, si come sono totalmente vani, così non portano alcuno giouamento. Vi sono ancora alcune cose di gran credito, & riputatione, & che non si trouano, se non nelli Thesori di gran Prencipi, come è la confettione Alchermes, di giacinto, il diamosco dolce, il diambra, la terra lemnia, la terra armenia, la pietra bezoar, l'alicorno, & il grano indo poco fa ritrouato, & altre cose simili.

Nota quello, che si dice de gli incanti, & qual vtili habbiano.

Quali sono le cose di gran credito.

Li terzi rimedij sono l'helleboro bianco, l'antimonio preparato, & le pilole di precipitato, & altre simili cose.

Del vino puro, del mitridato, & della Teriaca contra la tristezza. Cap. XII.

PER ritornare alli primi rimedij, dirò, che il vino puro beuuto alquanto licentiosamente, spesso è causa di prouocare, ò il sonno, ò allegrezza, ò dolore di testa: se causa sonno, perche à questo modo gli spiriti si riposano, s'augumentano, & si confortano, ne viene in consequenza, che anco il trauaglio dell'animo, che prima vi era, ò s'allenta assai, ò si distrugge affatto; se produce allegria, ne seguita il medesmo effetto, per le medesime cause; se anco causa dolore di testa, ne seguita almeno, che mentre, che l'huomo pensa a questo, si scorda dell'altro male. Il mitridato poi, & la Teriaca, & altre cose simili, le quali hanno in se vn vapore graue, & qualche volta ingrato, perche empiono la testa, & offuscano li sensi, & di più embriacano spesso l'huomo al paro de' vini potenti, come molte volte hauemo notato, prima sospendono li grandi affanni, & poi date più volte, mentre che generano vna certa infingardagine, mutano affatto la natura di questo male, ma quelle compositioni, che si fanno con l'opio, non se ne da più che vno scropolo, ò dui: & sopra il tutto si deue dare poco innanti, ò subito dopò cena, percioche la notte seguente fomenta, & accresce la loro possanza, nè è da credere à quelli, che dicono, che questo tempo non è conueniente per dare tal medicamento, perche Andromaco

L'effetto del vino puro, & potente.

Se causa sonno, qual vtile ne seguita.

Il medesimo seguita, se produce allegria.

L'vtile che ne segue, quando causa dolor di testa.

L'effetto del mitridato, & Teriaca.

Quanto, & quando si deuono dare le compositioni, che si fanno con l'opio.

daua

dana la Teriaca innanti, & dopò cena, si come mostrò con questi versi, che allega Galeno nel primo de gli Antitodi.

Πίνοι ἐν δ' ὅτε κοῖτον ἀγηνίφρας ἄλλ' ὅτε δ' ἠῶς
Αλλ' ὅτε καὶ δειλιὴ ἐς ποτιὴ ὀρυμβόοι.

Li quali versi voltati in volgare questo significano.

A dormir quando vai, ò la mattina.
Piglialo, ò se pur voi due volte il giorno.

Nota l'effetto dell'allegrezza.

Quanto alli secondi rimedij bisogna sapere, che tutte le cose allegre tirano l'ammalato da vno fastidioso pensiero all'allegrezza, l'altre co-

Come le cose di gran credito giouano.

se poi non possono giouare in altra maniera, se non perche, hauendo l'infermo posto in esse gran fede, come quelle, che sono ò di grande autorità, ò che sono di gran precio, ò che si sono hauute con gran fatica, l'ammalato spera di risanarsi facilmente per via loro, alla quale opinione, quando esso applica molto l'animo, la prima sua fantasia casca della memoria, & à questo modo entra in suo luogo l'opinione della sua

Come la confettione Alchermes non può prouocare il sonno, ma più presto vigilia.

futura sanità. Ma è gran marauiglia, che la confettione Alchermes (per essempio) gioui in questo caso, per vna sua proprietà occulta, perche l'Ambra, il mosco, il cinnamomo, il legno aloe, con la sua caliditià, & siccità producono più presto vigilia, che altrimenti, la qua-

Come l'oro non può essere buono in questo caso, per che nō si può cuocere.

le si deue fugire, più che si può, nelle perturbationi dell'animo. L'oro poi non si può nè cuocere, nè superare in modo alcuno dal calore naturale, cosa, che si conosce facilmente, perche si come alle volte si piglia puro, così anco puro si rende. Il cremesino poi se ha da rallegrare il

L'effetto del cremesino, & delle perle.

cuore, è necessario, che lo riduca alla sua propria natura, ma non so come potrà far questo effetto, & il medesimo si può dire delle perle, non perforate, ma la pietra cyanea, se vi entrarà in poca quantità (come vogliono la maggior parte) non portarà giouamento alcuno, ma

Come possa giouare, & nuocere la pietra cyanea.

se vi se ne metterà assai, come altri vogliono, non giouarà se non in quanto che farà maggior euacuatione, laquale in questo caso non solo è

Come l'euacuatione grãde è dannosa.

vana, & superflua, ma ancora è sempre di gran danno, perche attendendosi solamente alla cura dell'animo, non è bisogno venire à que-

Come la confettione Alchermes, può giouare in questo caso.

sta sorte di euacuatione. Però se questa compositione gioua, non può giouare per altra causa, se non perche è di gran prezzo, & si stima, che sia composta di cose nobilissime, le quali giouano assai, quando tutto

Come gioua, se il male è nell'animo, ma non s'è nel corpo.

il male sta nell'animo, ma quando è solamente nel corpo, tutto questo è vano. Percioche li ammalati hauendo la mente offesa, & sentendo li medici, li speciali, & gli altri tutti, che mandano al Cielo con le sue lodi l'oro, l'ambra, il mosco, & altre cose che entrano in questa composi-

tione,

tione, si come gli prestano gran fede, così sperando per essi di risanarsi, mutano opinione, & à questo modo acquistano la sanità. Poiche hauemo trattato delli secondi rimedij, parlaremo hora delli terzi, che sono gli vltimi.

Dell'helleboro bianco. Cap. XIII.

QVANDO *li rimedij, che hauemo detto non haueranno giouato, ancor che l'helleboro bianco non si possa dare senza qualche sospetto, nondimeno se il corpo dell' ammalato, sarà bene preparato, nel modo, che abbasso diremo, & che le forze non siano troppo debili, è solito a portare qualche vtilità, quando si da per prohibire & leuare del tutto questa sorte di fiacchezza, che dipende dall'imaginatione: percioche si tiene per certo da quelli, che mettono qualche distintione dall'attrabile all' humor malinconico, che questo medicamento purga li malinconici, & li pazzi, non solo quelli, che sono impazziti per questi humori, ma ancora quelli, la cui pazzia ha origine solamente da passione d'animo, & che purgando hora li detti humori, hora solamente la flegma (che è di maggior marauiglia) è solito di essere causa della sanità dell'infermo, come noi molte volte hauemo osseruato. Ma non mancaranno alcuni li quali entraranno in vno ragioneuole dubio, come possa tale medicamento leuare la melancolia c'habbia origine solamente dall'animo, percioche non concorrendo a questo effetto ne l'humor melancolico, ne manco l'attrabile, non si può sperare vtil alcuno dalla loro euacuatione: è vero, che qualunque altro potrà rispondere, che l'euacuatione di questi humori prohibisce, che quella pazzia non si fomenti, nè manco pigli augumento, ma mettiamo, ancorche il tutto sia di questa maniera, perche questo medicamento non leua la causa efficiente, la quale è pura imaginatione, è cosa chiara, che questa sorte di melancolia non si può in conto alcuno curare, con l'euacuatione di quelli humori. Ma a questo vn' altro all'opposito dirà, che per esserui testimonij in contrario, d' Auttori Antichi, & poil'esperienza de' nostri tempi, nelli quali molte volte s'è visto, che li pazzi solamente per imaginatione d'animo, con l'hauer preso questo medicamento, si sono risanati, non è conueniente, che il buon Medico, il quale sempre si deue fondare sopra il senso, faccia più conto della ragione, che dell'esperienza,*

Come alle volte l'helleboro bianco è vtile in questa sorte di fiacchezza.

Come è solito a dare la sanità a questa sorte d' infermi.

Come dall'euacuationi di questi humori può seguire vtile in tal male, che nasce solo da passione d'animo.

Come questa melancenia non si può curar con alcuna euacuatione.

Non si deue fare più conto della ragione, che dell'esperienza.

massime quando sono contrarie l'vna all'altra, ilche facendo, lassaria le cose certe, per le incerte, & seguitaria le cose incerte, per le certe.

Adunque bisogna confessare, che la semplice melancolia, chiamo semplice quella, che non ha origine da alcuno humore, ma solamente da sola intemperie, laquale poi anco nasce da pura imaginatione, si possa spesso curare con l'helleboro bianco, ma non già (come alcuni pensano) perche euacui, ò l'humor malinconico, ò l'altrabile, ò la pituità, ancorche realmente gli euacui. Ma perche, si come hauemo dichiarato nel 6. libro del morbo Gall. al cap. 23. nel discorrere sopra la virtù dell'Antimonio, quando è preso per bocca, da grandissimo trauaglio a quelli, che sono cascati in questa fiacchezza, ò per paura, ò per qualche altra passione d'animo, li quali sono forzati con grande affanno, & vomitare, & andare del corpo, & per la forza di quello medicamento, gli pare di essere soffocati, che li occhi gli saltino fuori della testa, che il ventriculo, & li intestini, si gonfino, si spezzino, & si straccino, & al fine gli pare d'hauere la morte in bocca, talmente, che per vedersi in tanto pericolo di vita, con il cominciare a pensare in altro, lassano ancora pian piano quella opinione, che è stata origine della sua fiacchezza, & così per la subita paura della morte cacciano quella, che prima li trauagliaua, & si come poi si trouano liberi dalla prima opinione, così ancora si trouano senza quella fiacchezza, c'haueua origine da quella falsa opinione. Bisogna dunque concludere, che l'helleboro curi questa semplice melanconia, come hauemo detto, non perche purghi questo, & quell'altro humore; Ma perche con il gran trauaglio, & dolore, che da all'ammalato, lo sforza a scordarsi di quelle cause, che l'haueuano fatto impazzire, & immaginarsi altre cose molto differenti dalle prime.

Che l'helleboro bianco cura questo male, non perche euacui alcuno humore ma per altre cause.

Come l'helleboro bianco curi la fiacchezza, che nasce da passione d'animo pura.

Li accidenti, che vengono a quelli che hanno preso l'helleboro bianco.

Come per paura di morire non pensano piu a quella malanconia.

Come l'helleboro bianco resana questa semplice malanconia.

Il corpo adunque di colui, che ha da prender l'helleboro se prepara a questo modo, cioè se è solito & facile a vomitare si deue ristorare vn poco prima, che lo prenda, di cibi humidi, perche a questo modo si prouede alla debilità, & si fugge in gran parte il pericolo di quello strangolamento, che suole seguire dopò la presa di tal medicamento per il nutrimento nouo preso, il quale si compone con esso, & lo contempera in maniera, che gli leua vna grande parte della forza.

Come si prepara il corpo di colui, che ha da prendere questo medicamento, & che colui sia facile a vomitare.

Come li cibi humidi contemperano la forza di questo medicamento.

E però Dioscoride, nel quarto libro dice queste parole. Alcuni danno lo helleboro bianco nella polenta di farro, ò di qualche simil cosa, ouero, che danno prima alquanto di nutrimento all'infermo, & poi subito l'helleboro, & massime a quelli, nelli quali vi corre sospetto di strangolamento,

Come si deue dare l'helleboro secondo Dioscoride.

lamento, ò di grande debilità, & a questo modo si da più sicuramente, perche essendo contemperato dal cibo nello stomaco, non può con tanta furia fare la sua operatione. Questo dice Dioscorde; Ma se l'ammalato sarà difficile a vomitare, bisognarà cibarlo non di poco cibo, ma in maggior quantità di quello, che sarà solito a pigliare, & questo parimente ha da essere humido, accioche essendo la natura tentata a cacciar fuora quello cibo, che prima ha preso, perche gli pare graue, & insieme, mouendolo, & cacciandolo fuori più facilmente, perche è humido comporti con manco molestia il trauaglio dell'helleboro, che haurà preso di poi. Per questo Hipp. nell'Epistola dell'helleboro a Democrito, & nell'Aforis. 4. dice, che quelli, che vomitano con difficoltà, quando hanno da pigliare l'helleboro, prima, che lo piglino, bisogna humettarli di maggior nutrimento, & di quiete.

Quello, che ha da fare l'huomo, se è difficile a vomitare.

Quello, che dice Hipp. in questo caso.

Ma alcuno facilmente si opporrà a questa mia ragione, con dire se l'helleboro risana la molestia dell'animo, dalla quale poi nasce la fiacchezza, con la paura della suffocatione, & delli altri trauagli così grandi, pare che non sia cosa ragioneuole vsare tanti preparamenti intorno al corpo, perche tutti fanno l'operatione dell'helleboro molto più facile, alquale si può rispondere, che questo si deue fare, non perche questi trauagli non habbino da seguire, ma accioche non crescano in tanta vehementia, & massime in vn huomo debole, che lo facciano morire all'improuiso, & crudelmente.

Il dubio, che si può fare intorno a questa dottrina.

La risposta a questo dubio.

Dell'antimonio, & del precipitato. Cap. XIIII.

QVANTO *all'antimonio, chiamato stimmi, & al precipitato, trouo, che s'ha da osseruare la medesima regola, non solo nel darlo, ma anco in preparar il corpo dell'infermo, trouo poi, che è cosa vecchia, applicare di fuori l'antimonio, ma è ben noua darlo per bocca. Ma il precipitato s'è incominciato ad vsare da poco tempo in qua, non solo a darlo di fuori, ma anco per bocca, si come alcuni grandi alchimisti del nostro tempo hanno nouamente ritrouato: ambidoi questi medicamenti presi per bocca, prouocano il ventre, & il vomito in grandissima abondanza, & con trauagli eccessiui, & spesso sono causa di tanto pericolo, che rappresentano la specie della morte, come se si vedesse, talche sono causa di salute, alle volte anco della morte. Ma se l'am-*

Come si prepari il corpo nel voler dare l'antimonio, & il precipitato.

L'antimonio anticamente non si dana per bocca ma ben s'applicaua di fuori.

Il precipitato è posto in vso da poco tempo in quà per vsarlo di fuora, & darlo per bocca.

L'effetto di questi dui medicamenti.

Come si scusino alcuni, quãdo que sti medicamenti danno la morte.

malato muore, si scusano con dire, che quello medicamento non è ben preparato, quasi, che se fosse ben preparato, saria causa della salute di tutti gli ammalati, & nissuno se ne moriria, con tutto questo però si vede manifestamente, che quanti prendono questi medicamenti, ò bene, ò male preparati che siano, alcuni si risanano, alcuni se ne moiono, & così hauemo dichiarato in qual modo s'ha da prouedere alla fiacchezza, che ha origine dalla molestia dell'animo.

Dell'altra sorte di fiacchezza. Cap. x V.

Come si deue curare questa seconda sorte di fiacchezza.

QVESTA *infermità non solo non ha di bisogno di prouocare il ventre, & il vomito, ma ne anco si deue trauagliare l'ammalato con il non dormire, con la fame, & con la sete.*

Quanto poi alle cause esteriori, cioè all'aria, al vento, & alla poca forza del nutrimento, non solo bisogna osseruare le regole generali, c'hauemo prima dato della cura, & preseruatione di queste tre sorti d'infermità, ma in particolare bisogna più spesso stare a riposo, che mouersi, più presto tacere, che ragionare, accioche si faccia manco attratione d'aria, & di vento, & anco ne segua minor risolutione: bisogna poi vsare odori, che non siano, nè troppo graui, nè troppo acuti: percioche quelli empiono, conturbano, & aggrauano la testa, questi altri risoluono le forze, & li spirti, ma mediocri, che piacciano, & deboli, poiche le cose deboli conuengono alli deboli, come sono li pezzi piccoli di cedro condito, ouero tre ò quattro garofoli posti nell'acqua rosa.

Nota alcuni particolari d'importanza, che si hãno da fare in tal caso.

Come gli altri grati odori sono cattiui.

Quali odori si denono vsare.

Bisogna lassare tutti li negotij, che possano trauagliare l'animo, dormire mediocremente, schiffare la indigestione, guardarsi dal caldo, & dal freddo, accioche non riducano a peggior termine di prima l'ammalato, che forse sarà alquanto migliorato per la cura già fatta: procurare, che quando il tempo è quieto, il Sole, quando si leua, v'entri nella camera, perche si come il Sole dalla primauera, fino a quel tempo, che passa per il segno di Cancro, ristora le piante, & li arbori, così di giorno, quando si leua, ristora le forze, rallegra l'animo, & augumenta li spiriti: se poi l'ammalato è gagliardo, si deue tenere in luogo chiaro, ma s'è debole, si deue quasi di continuo tenere all'oscuro.

Quello che si deue odori lassare, & fare.

L'vtile che porta il Sole, quando si leua, & quando passa da Ariete in Cancro.

Se l'infermo è debole, deue stare al scuro, se è gagliardo, deue stare al chiaro.

Come non deue mangiare, nè troppo, nè poco.

Deue anco l'infermo essere moderato nel viuere, & non troppo empirsi, accioche la indigestione non gli dia molestia, nè manco deue stare troppo digiuno, accioche non si faccia più debole, & se piglia alquan-

to

to manco cibo di quello, che si deue, è cosa conuenicnte andare alquanto crescendo la sua quantità, ma però piano piano, accioche il corpo aggrauato dalla subita, & inusitata moltitudine del cibo insolito, non incorra in notabil indigestione.

Quante volte si deue nutrire l'infermo, per la debilità della virtù. Cap. XVI.

ET perche spesso accade, che per essere l'ammalato molto debile siamo forzati a nutrirlo spesso, vi nasce sempre qualche dubbio, quante volte il giorno s'habbia da cibare, alcuni credono, che questo non si possa far più di due ò tre volte in 24. hore, & questa, secondo costoro è dottrina d'Hipp. nel primo delli Aph. in quello, che dice, quibus semel aut bis &c. & nel secondo de gli acuti, doue dice sono alcuni, a i quali non si porta danno a cibarli tre volte, & massime se sono così assuefatti longo tempo, & nel libro delle affettioni interne, doue dice, nel resto se gli diano li cibi due volte, ò tre al giorno. Ma questi non vedono, che gli antichi mangiauano anco quattro volte il giorno, come dice Atheneo nel 1. libro, & Auicenna nel lib. 3. sect. 13. al cap. 35. & cor. Celso nel libro 3. al cap. 28. & questo istesso si fa per ogni tempo in Francia, nè manco auertiscono li putti, li quali non si contentano di mangiare quattro volte il giorno, ma lo fanno cinque, & sei volte senza patire danno alcuno, & però quando si conosce, che è ben fatto cibare l'ammalato alquanto più spesso, non bisogna osseruare così a puntino, & ostinatamente il numero, commandato dalli antichi, & cauato dalla consuetudine d'alcuni particolari, ma considerare diligentemente la debilità della virtù, il bisogno di nutrire spesso, la prontezza dell'ammalato in pigliare il cibo, & l'vtile, che ne seguita dall'hauerlo preso, poiche mentre, che vi saranno tutte queste conditioni, sarà lecito cibarlo, non solo tre, mà quattro, cinque, & sei volte in 24. hore, nè credo, che si troui Medico alcuno, ilquale, hauendo vn' ammalato debole per difetto del nutrimento, & che sia pronto a pigliarlo, & che senta di continuo giouamento, dopò, che l'ha preso, non gli ne dia tante volte, quante tutte queste cose concorreranno insieme. Et però se le forze vi sono, bisogna seguitare il numero solito del cibarsi, ma se non vi saranno, bisogna lontanarsi dalla consuetudine, tanto quanto la necessità ne sforza, talche se l'ammalato sarà debole, mentre, che è pronto a prende-

Opinione d'alcuni quante volte il giorno si deue cibare l'infermo.

Come si proui, che non si deue cibare più di due, ò tre volte il giorno.

Come gli antichi mangiauano anco quattro volte il giorno.

Questo anco si fa sempre in Francia, li putti anco mangiano sei volte senza danno.

Nel cibare l'infermo non si deue osseruare il numero de gli antichi.

Quante volte si deue, & si puo cibare l'infermo.

Quando bisogna seguitare il nostro solito del cibare.

a prendere il cibo, se gli ne deue dare, non solo, tre, ò quattro, ma più spesso anco, infino alle sette volte, tra il giorno, & la notte, & a questo modo si può conoscere quante volte si deue cibare l'ammalato debole per difetto del nutrimento.

Qualche volta si può cibare anco sette volte il giorno.

Li cibi poi deuono essere di facil concottione, & che presto nutriscano, tra li quali sono li oui freschi, ò tremmati, ò da sorbire, alcuni anco nominano li testicoli delli pollastri, li quali, benche siano di succo grosso, Galeno però dice, che danno buono, & copioso nutrimento, il vino poi deue essere leggiero, soaue, & sopra tutto austero.

Qual sorte di cibi si deue dare all'ammalato debole, nota la bontà delli testicoli de pollastri.

Il vino deue essere leggiero soaue, & austero.

Che le minestre si deuono fare di cose consuete. Cap. XVII.

Ciò che si deue far quando l'ammalato non può cuocer il suo cibo solito.

SE l'ammalato non potrà cuocere il cibo solito, se gli potranno dare le minestre, & le beuande fatte delli suoi soliti cibi, composte con qualche liquore, scemando le forze alle minestre, quanto più si può, come auertisce Hipp. nel libro dell'antica medicina, & componendo le beuande con li suoi brodi istessi, ò altro simile liquore.

La principale intentione di cibare l'infermo si piglia dalle parti interne.

Come sempre bisogna accostarsi alle cose più familiari, & per qual raggione.

Quando poi hauemo intentione di ristorare le forze, perche in questo caso la principal indicatione di cibare l'infermo si piglia dalle parti interne, come dice Gal. nel 4. del Meth. & con questa indicatione bisogna accostarsi alle cose più familiari, come quelle, che sono tirate con maggior affetto da quelle parti, si come ancora le cose contrarie sono rifutate, & ributtate, per questo bisogna fare elettione non delli cibi insoliti, ma delli più familiari, li quali sono abbracciati dalla natura, prontamente tirati, & a se aggiunti, come, che siano più grati de gli altri; doue che se l'ammalato piglia cibi insoliti, ne seguitano dui disordini, l'vno è che se qualche cosa di male accaderà fuori di speranza, si ha ragioneuolmente da sospettare, che tal disordine sia seguito per hauer preso quella cosa insolita, l'altro di non manco danno è, che la natura, come quella che abborrisce le cose insolite, & si diletta delle solite, & che non si saria assuefatta a queste, se non li fossero state naturali, & grate, quanto più si starà tardi a non dare li cibi soliti all'ammalato, tanto più tardi si starà a ristorare la virtù, anzi può accadere, che per tale disordine l'ammalato si riduca adestrema debilità, & per questo Hipp. ò qual si voglia altro antico Auttore, nel libro, περὶ παθῶν cioè delle passioni, dice, che bisogna dare a gli ammalati quelli cibi, & quelle be-

Dui disordini seguitano se l'ammalato piglia cibi insoliti.

Il primo disordine.

Il secondo disordine.

le beuande, che erano soliti ad vsare quando erano sani, & però più in giù dice, che non bisogna diffidarsi delli cibi presenti, & pronti, quasi, che nulla vagliano, & cercare, quelli, che non si hanno, li quali non apportano vtilità alcuna all'infermo: & certo se bene si considera, se ne trouaranno pochi fuora di questi, che si possano dare a gli ammalati; poco più abbasso dice: Che quando l'huomo è solito a mangiare pane se gli deue dare anco nelle infermità. In vn'altro luogo dice, tutti quelli cibi, che sono grati, & vtili alli sani, sono anco più conuenienti a gli ammalati, & gli danno maggior forza, che non fanno l'insoliti, con che però se gli leui parte del suo vigore, & forza, ò in qualità, ò in quantità, perche altrimente quello corpo, che già è infermo, & debole, non li potria comportare nel modo, che si sogliono dare in sanità, anzi più presto sariano di danno, che di vtile. Questo dice Hipp.

Che a gli ammalati si deuono dare li cibi, che erano soliti pigliare in sanità.
Nota quello, che dice Hipp. sopra di cio.

Et però bisogna fare le minestre, & li brodi per li ammalati non di cose insolite, ma principalmente di cose solite, & per questo se alcuno non sarà solito di pigliare nè minestra d'orzo, nè del suo succo, & che gli siano altri cibi da poterli cibare, non se li deue così subito mattina, & sera, & forse anco più spesso dare questa sorte di minestra, percioche essendo l'ammalato afflitto dal male, & bisognoso di nutrimento, se se gli darà quello cibo, ilquale non ha mai prouato, non s'ha da sperar che debbia pigliare alcuno nutrimento dal cibo, che a lui è nouo, & insolito. Con tutto questo però bisogna sapere, che se per sorte non si potessero hauere li cibi soliti, non è affatto fuori di proposito seruirsi delli insoliti, pur che questi non siano molto ingrati, ò che l'ammalato non gli aborrisca affatto, perche se molto gli spiaceranno, ò che gli rifuti affatto, potranno ben fare l'vfficio del medicamento, ma non potranno già mai dare buon nutrimento.

Quando non si deue dare orzata all'ammalato.

Si deuono alle volte anco dare li cibi insoliti pur che non siano molto ingrati.
Quãdo li cibi fanno l'ufficio di medicamento, ma nõ di cibi.

Della minestra fatta di carne, cioè pistata. Cap. XVIII.

MA quando il Medico non haurà sospetto d'alcuno strano calore, nè di augumento di qualche putredine, potrà sicuramente dare all'ammalato, non potendo masticare, brodi, sughi, & minestre di carne, & massime a quelli, che sono soliti a mangiare carne, hauendo sempre questa considerazione di dare li brodi alli più deboli, le minestre

Quãdo si, & quãdo non si possono dare minestre fatte di carne, & con qual distinzione.

stre alli manco deboli, & il sugo à quelli, che participano dell'vno, & dell'altro estremo.

Quando nõ si deue dare pestata.

Ma se vi sarà sospetto di putredine, questa sorte di nutrimento, & massime minestra di carne, che hoggi dì si chiama pistata, non si potrà dare senza qualche dubbio, che habbia adessere più presto di danno, che di vtile, poiche anco non era in vso appresso gli antichi, & si giudica, che non può resistere alla putredine, & ben che tutti gli alimenti nella loro concottione, che si fa nel ventriculo, si corrompano, & forse anco (secondo, che alcuni de gli antichi hanno creduto) si putrefanno, si stima però, che questa corruttione sia molto differente da quella, che accade a molte altre cose. Et per venire a qualche particolare, pigliamo la minestra d'orzo, il pane macerato nell'acqua, & la pistata (poi, che tutto il dubbio, che è tra Medici, è di questa) le prime due minestre adunque perche nel corromperssi non si conuertono in alcuno puzzolente odore, ma in sapore accido, il quale smorza quella puzzolente putredine della quale hauemo paura, non solo non possono mouere, & generare questa putredine, ma più presto con la sua acciditá, come fa l'aceto, la rompono, & la contemperano, Per il contrario la pistata, perche, mentre, che si corrompe, si fa puzzolente, & amara, se si scontra con tal putredine, è verisimile, che non solo la fomenti, ma anco l'augumenti.

Che le pistate nõ erano in vso appresso gli Antichi.

Che li cibi nel cuocersi nel ventriculo si corrompono d'vna corruttione differẽte dal le altre.

Come l'orzata, & il pane bagnato nõ si possono corrompere.

Il danno, che porta la pistata, quando truoua gli humori corrotti nel corpo.

Ne è cosa totalmente fuora di proposito, à pensare, che gli antichi non fossero soliti a vsare pistata, eccetto se si volemo coprire dell'autorità d'Auicena, il quale nel 2. lib. & nel fen. 13. non vna volta, ma due ha detto, che nella debilità di virtù causata da vomito, le minestre fatte di polli bolliti, & poi pistati con la giunta del pane, portano gran ristoro a gli ammalati, & poi nel fen. 16. dice, che si debbano fare pistate di polli a gli ammalati, che non possono digerire le carne, & Hipp. ouero Polibo, nel libro delle affettioni interne ξύων τὴν σάρκα ἐν οἴνῳ λευκῷ δὶς ὀνάγ πίνειν: cioè assottigliando le carne la darai a beuere nel vino bianco. Questo si può dire quanto all'auttorità de gli antichi, Ma quanto spetta alla putredine, nella quale si può facilmente conuertire, si deue rispondere, che è gran differenza a dare la pistata ad vno, che sia solito alla carne, & ad'vno, che li sia insolito, sicome accade a quelli, che sogliono mangiare veneno, con il quale, & si nutriscono, & si ristorano, ma quelli, che non vi sono soliti, ò che subito muotono, ò almeno ne sentono grande nocumento: così fa il ventriculo nostro ilquale piglia, & ritiene facilmente li cibi, & le beuande, ancorche

Le autorità de gli antichi per le quali si proua, che le pistate erano in vso a quello tempo.

La differentia, che è a dar pistata ad vno che sia solito alla carne, & ad vno che non gli sia solito, & nota l'essempio del veneno.

corche siano cattiue, quando è solito a pigliarle per molto tempo, come dice Hippocrate nel secondo de gli acuti, se per il contrario sente grãde molestia, quando contra il suo solito piglia cibi, ò beuande insolite, ancorche di sua natura non habbiano vitio alcuno. Pero quelli che sono soliti a mangiare carni, se facilmente sentissero offesa alcuna per la loro putredine, non è da credere, che per tanti tempi se ci potessero assuefare, come che la natura istessa le refutaria, & non le potria comportare lungo tempo. Onde poiche tanto tempo a quella si sino assuefatti, è segno manifesto, che non sono contrarie alla natura sua, nè manco possono generare nutrimento corrotto, & contrario all'huomo, ma più presto familiare, & amico.

Lo stomaco sente molestia a pigliare cibi insoliti, bẽche siano boni.

Ma sia come si voglia concludo breuemente circa alla pistata, che si può con ragione dare a quelli che mangiano gran copia di carne, si come anco l'orzata, si può dare a quelli che la sogliono pigliar spesso, & per la loro consuetudine non l'aborriscono, & si come questa si prohibisce alli ammalati, quando la bocca è secca, cosi la pistata quando hanno gran sete, & la bocca è secca, & amara, se gli deue al tutto prohibire. Ma se non vi sarà nissuna di queste cose, si come in sanità non hauemo paura della putredine della carne, ne delle minestre, fatte di carne, perche la lunga consuetudine di essa ne assicura, si come anco s'assicura quell'altro di mangiare veneno, per hauerne mangiato tante volte senza danno alcuno; cosi quando siamo ammalati, non deuemo restare di mangiare carne, per la paura, che ella possa fomentare, ò crescere alcuna putredine: cõ questo però bisogna auertire a due cose, l'vna è, che quelli che sono soliti in sanità mangiare spesso carne, possono anco mangiarne più spesso, quando sono ammalati, & per il contrario, se in sanità sono soliti a mangiarne di raro, deuono anco manco spesso mangiarne quando sono ammalati, l'altra, è che quanto più deboli sono li nutrimenti a Roma, tanto più si deue antiporre la pistata a qual si voglia sorte di minestra, & massime quando l'ammalato non può masticare: oltre di questo s'ha anco da considerare, che si come gli animali, le cui carni si mangiano a Roma, & de quali si fanno communemente le pistate, si nutriscono di cibi acquosi, & di poca sostanza, cosi anco fanno le carni più fluide, più leggieri, & forse anco più fredde, che non fanno quelli che viuono nei luoghi secchi, talmente che le pistate fatte di queste carni di Roma, non solo non sono tanto atte a corromperssi, ma ne anco possono molto riscaldare. Ma se alcuno dirà, che l'esempio della sanità, & della infirmità non è a proposito, perche nell'infirmità l'huomo è più

A quali si puo securamente dare la pistata.

A quali la orzata non conuiene.

A quali la pistata non conuiene.

In questo caso due cose si deuono auuertire. La prima.

La seconda.

Come le carni di Roma non possono molto nicaldare.

Nota l'argumẽto che si puo fare ò tra di questa ragione.

ſogetto alla putredine, che nella ſanità, però quando è ſano non ha cauſa di guardarſi tanto dalle carni, ancorche ſiano atte a corromperſi, come deue fare, quando è ammalato, nel qual tempo, eſſendo più ſogetto alla putredine, deue anco guardarſi più dalle carni tanto atte a corromperſi; acciochè per eſſe la putredine che già ha incominciato, non ſi fomenti, nè s'augumenti.

Riſpoſta a queſto argumento.

A queſto argumento ſi riſponde, che ſe le carni di ſua natura haueſſero facultà di corromperſi facilmente in quelli corpi, che ſono ſoliti a mangiarne, l'argumento concluderia, ma il fatto ſta in altra maniera, perciache per la lunga conſuetudine, la quale è quaſi vn'altra natura, queſti corpi non riceuono alcuna putredine dalla carne, che mangiano, eſſendo aiutati dalla lunga conſuetudine, la quale reſiſte alla putredine quaſi tanto quanto faccia la natura: però ſi riſponde, che l'argomento non conclude, non perche la carne, che ſi piglia per nutrimento ſia di diuerſa natura, più nel ſano, che nell'infermo, ma perche tra eſſi è grandiſſima differenza. Queſte ragioni hauemo dette a quelli che biaſmano tanto le piſtate, & parimente quali cibi conuengono alli corpi fiacchi, & quante volte ſe gli deuono dare, & in ſomma in qual modo ſi può prouedere alla fiacchezza che ha da venire.

Per qual cauſa lo argumento nõ cõclude.

Della fiacchezza preſente. Cap. XIX.

Quello che ſi ha da fare quando la fiacchezza è già venuta.

MA quando gia la fiacchezza è venuta, perche la virtù è quaſi debole affatto, non è bene a vſare altro rimedio che, delle coſe, che hauemo detto, fare elettione delle più leggieri, & darne alli ammalati in manco quantità, ma più ſpeſſo: leggieri, perche ſono più facilmente ſuperate dalla virtù debile, in manco quantità, perche la natura non può vincere gran quantità in vna volta. Più ſpeſſo poi perche hauendo di biſogno d'aſſai, ſi ricompenſa queſto difetto con pigliare più ſpeſſo il cibo, ma ſopra tutte le viuande che hauemo propoſto, il conſumato è il meglior di tutte, il quale ſi fa in molti modi, ma quello che ſi fa nella maniera, qua abbaſſo ſcritta, è molto commoda, & molto ſuaue.

Per qual cauſa li cibi deuono eſſere leggieri in manco quãtità, & più ſpeſſo dati.

Nota, che il conſumato è meglior di tutti.

Come ſi faccia il buono cõſumato.

Prima biſogna pigliare le polpe di cappone, ò di gallina, & leuarli tutta la graſſa, & tagliarle minute, & metterle in vno vaſo di vetro col collo ſtretto, nè biſogna metterui alcuna altra coſa, perche al fine ſarà ſaporito ſenza ſale, & ſuaue ſenza Zuccaro, biſogna poi coprire la bocca di quel vaſo, ò con paſta, ò con qualche altra coſa ſimile, & coſi

ſi deue

si deue cuocere in vn'altro vaso doppio, come si suol fare, fra tanto che si vedrà, che le carni siano secche, & che il succo, che n'è uscito, vadi girando intorno intorno: questo liquore sarà il consumato, che hauemo detto.

E' poi anco cosa utile non tralasciare gli odori, & gli epitemi cordiali ben temperati, & non solo applicarli al cuore, ma ancora alli polsi delle mani, & delli piedi, & alli testicoli: & poi ongere anco tutte queste parti, con unguento, ouero oglio, che habbia qualche suaue odore, come è l'oglio, che si fa di fiori di cedro, ò di arancio, & in ciò bisogna usarui molta diligenza, che non rendano il corpo molto raro, & per questo non si deuono attualmente scaldare molto, nè manco hanno da essere applicati troppo caldi in virtù, accioche non risoluano troppo. Quanto poi spetta alla Thiriaca: al Mitridato, & a diuersi ogli molto gagliardi, & di grande odore, che quasi da tutti si portano in volta. Io sono di parere, che sia meglio lassarli, che usarli, perche spesse volte, ò presi per bocca, ò applicati di fuori, con il suo graue odore, conturbano la mente, & massime d'uno che sia debole, la confondono, & in certo modo fanno l'huomo embriaco, nondimeno quelli che gli hanno gran fede, per consentire anco alla commune opinione de gli altri, che credono che tali cose non possano nocere, non meritano essere biasmati, se per una volta sola ne pigliano, purche sia in poca quantità; ma se di nouo ne pigliaranno, & spesso ritornino a questo, oltre che non gli ne può seguire se non danno, & pericolo (eccetto però se manifestamente vederanno, che gli giouino) saranno anco tassati di temerità, & di ostinatione. Quando poi il corpo si risolue di troppo sudore, & che il polso è piccolo, & debole, & il sudore esce in grande abondanza fuori di modo, & fuora di tempo da tutto il petto, dal collo, dal capo, & che in quel istesso tempo li piedi solamente, & le gambe sono fredde, & secche, se bene si può giudicare, che il male sia giunto al fine, non si deue però restar di dare aiuto al pouero ammalato, con quelli rimedij, che non si possono biasmare, poiche la benignità di quest'arte non deue mai mancare all'huomo. Non lassando adunque quelli rimedij, c'hauemo proposto per la fiacchezza presente, & che ha da venire, con fare elettione di quelle cose, che danno aiuto alla debilità, & che più facilmente si superano dalla natura, la prima cura deue essere di scaldare li piedi, & le gambe, & applicarui ceroti, & impiastri, che habbiano questa virtù, coprirle con le fasce calde, & in somma usare ogni artificio, accioche mai quelle parti siano più fredde del resto del corpo, ma, quando ancorche si scal-

Come si deuono usare odori, & epitemi, & a quali luoghi si deuono applicare.

Nota anco de gli unguenti, & ogli.

Nota, che gli epitemi non vanno molto caldi, il che è contra l'ordine cõmune delli Medici a Roma. Il medesimo dice il Fernelio nel 4. libro del suo Metodo al cap. 11. & Amato Lusitano nella sua prima cent. al ca. 14. Nota cio che dica della Thiriaca, del Mitridato, & d'alcuni ogli.

Quando, & quato le dette cose si possono usare.

Quando nõ si deuono più usare.

Quando il male, è quasi disperato.

Nota, che mai si deue abandonare l'infermo.

Il primo modo di curar q̃sto male.

In qual modo si scaldano li piedi, & le gambe.

Quando si deue abbandonare l'infermo.

dino, in ogni modo, però il sudore và tuttauia crescendo, con tutto che spesso restano fredde, bisogna all'hora con il pronostico della morte abbandonare l'infermo: ma se facilmente si scaldano, & il sudore non

Il secundo modo. Come si prohibisce il sudore.

cresce molto, la seconda cura è di prohibire il sudore, questo si fa vngendo legiermente il corpo, con qualche oglio acerbo, ò rosato, ò di cotogno, ò di mirto, ouero con metterui vn ceroto composto di alcuni di questisima se il sudore tuttauia perseuera, li Medici Antichi soleuano ongere il corpo ò di grasso, ò di spumma d'argento, ò di Terra Cimolia, ò che gli metteuano adosso poluere delle dette cose: vsauano anco la poluere di mirto secco, di foglie di rono, delle fece di vino bono, & austero, & in difetto di queste polueri, pensauano di supplire a tanto bisogno, con qualunche sorte di poluere commune, & volgare: oltre di questo ac-

Rimedij antichi per prohibire il sudore.

Altri rimedij per prohibire il sudore.

cioche il corpo sudi manco, si deue l'ammalato contentare d'vna coperta leggiera, & che la camera non sia calda con le finestre aperte, & che vi possa ancora entrare qualche vento, & appresso mouere spesso l'aria con li ventagli, & anco alzare, & abbassare spesse volte li lenzoli sopra il corpo nudo dell'ammalato. Il terzo aiuto è di soccorrere

Il terzo modo di curare. Come deue essere il nutrimento in questo caso, & quello se gli ha da dare.

alla sua gran debilità con il conueniente nutrimento, il quale non deue essere molto alla volta, ma tanto più spesso, onde, accioche possa nutrire, ma non esser di peso, bisogna dargliene, & di notte, & di giorno, & si deue cõponere di quelle cose, c'hauemo detto poco fa, perche a quello modo più facilmente si cuoce, & anco è accommodato allo stomaco: ma se non prende il cibo, che se gli da, l'vltimo rimedio è di met-

L'vltimo rimedio è vn Clistero, & come s'ha da fare.

tergli vno clistero fatto cõ il succo d'orzo, & cõ il brodo di cappone, ouero vna pistata fatta con la carne di gallina, poiche anco questo mantiene la virtù, si come dice Aetio nel 3. libro, & noi spesso hauemo prouato, & massime in vna Signora Illustrissima, la quale essendo ammalata di

Nota l'esempio di vna gentildonna già quasi morta, & poi risannata con Clisteri nutritiui.

flusso di ventre, era stata sette giorni, che nõ haueua preso cibo alcuno, nè manco beuanda, & pure con il metterle ogni giorno mattina, & sera vno clistero di pistata di carne di cappone, si risanò affatto con grandissima marauiglia di tutti: nè posso mancare di dire, che ella ritenea quelli clisteri hora tre, hora quattro, hora cinque hore, & qualche

Come si passò in quella infirmita.

volta più, & poi li rendeua di colore mutato di bianco in pallido, ò rosso, & di odorato a guisa di sterco puzzolente, talche si può concludere, che, si come la pistata posta a questo modo nel corpo humano, fa nel ventre tante mutationi, con quella medesima facilità può ancora dare qualche nutrimento al corpo, come l'esperienza dimostra.

Giudico, che queste cose debbano bastare per hauere dechiarato, co-

me ha

me ha da essere la preseruatione, & la cura della fiacchezza, secondo le cause, & li segni, che da principio hauemo proposti, & appresso quali siano le tre infirmità particolari a Roma, come si conoscano, come si caccino, & come l'huomo se nè può diffendere.

Delle infirmità, nelle quali cascano, & li Romani, & gli altri per il modo di viuere. Cap. x X.

ET perche vi sono anco altri mali non propriy alla Città di Roma, ma quasi communi a tutti, secondo la natura, & consuetudine de gli huomini, li quali nascono dal disordinato viuere, & per il contrario si leuano con la bona regola, non sarà fuora di proposito ragionare al quanto sopra di essi, & insegnare brevemente in qual modo li Romani se nè possano difendere, cosa che mi pare fatta con ragione, perche questa opera risguarda in certo modo ancora tal sorte d'infirmità. Questi mali dunque sono di due sorti, li primi sono quelli, che accompagnano di continuo la putredine pigliata da noi nel ventre della madre, nel principio della nostra generatione, si come al lungo hauemo insegnato nel primo libro del morbo gallico: li secondi sono quelli, che nascono dal nutrimento, che l'huomo piglia, quando non è proportionato a l'esercitio, che fa; & però questa putredine, non solo ne rende facili, ma anco quasi ne sforza a patire molti mali, che nascono da putredine, & le febri istesse, si come hauemo dichiarato nel detto luogo. Da questa causa dunque nasce nelli putti quel male, chiamato lattume, varole, morbiglioni: da questo nasce, che l'huomo è tanto facile a pigliare la scabbia, & il male francese; da qui nasce ancora che si sentono così spesso, & così facilmente noiosi caldi, da qui nascono li sputi salsi, che vengono spesso, & che durano longo tempo: & benche molti non si possono ridurre a concedere questa sorte di putredine, come che sia cosa noua, laquale hauemo detto essere a noi accompagnata di natura, per non trouare, che alcuno Autore habbia scritto di tal materia, nè manco l'hanno inteso da altri, poiche è cosa naturale consentire volentieri alle opinioni solite, & rifutare facilmente le insolite. Nondimeno questi doueriano hauere a memoria, quello, che ha scritto Hipp. & Gal. nel libro delle cose ritrouate nella medicina, nel quale Hipp. dice,

Nota, che vi sono mali non propriy a Roma, ma communi a tutti.

Li mali cõmuni sono di due sorti.

Quali sono li primi.

Quali sono li secondi.

Come necessariamente nascono li mali dalla prima putredine.

Quali mali vengono alli putti.

Quali mali vengano alli grandi.

Come alcuni non admettono questa sorte di putredine.

Come alcuni non admettooo questa sorte di putredine.

Come nissuno ha scritto di tal cosa.

Quello che scriue Hippocrate a questo proposito.

te, che la medicina è scientia antica, laquale ha trouato il principio, & la via, per la quale si sono scoperte molte cose buone, & vtili, & che con il tempo a venire si trouaranno anco altre cose, talche se alcuno si sente d'hauere bene inteso quello, che già s'è trouato, gli deue bastare l'animo ancora di cercarne delle noue. Galeno poi dice, quelli, che sono poco prudenti, ancor che habbino veduto infiniti effetti di qualche arte particolare, non sono però bastanti a trouare cosa alcuna di nouo, percioche molte cose si trouano hoggi dì, delle quali alli tempi antichi non se ne ha hauuto notitia alcuna, per le quali auttorità è assai manifesto, che si trouano hora in Medicina cose, che sono state totalmente incognite a gli antichi, si come è il mal francese, & li rimedij suoi, che tutti sono noui. Si come occorse hora tre, ò quattro anni, mentre che scriuenamo il libro dell'huomo, nel prouare, che tutto il sangue ha le sue fibre, & si condensa, tutti contradissero a questa nostra opinione, con l'auttorità di Aristotile, il quale ha scritto, che il sangue del ceruo non ha fibra alcuna, & che manco si può condensare, & questa opinione sin'hora è stata tenuta da tutti senza alcuna controuersia, Ma noi hauendo la commodità di vno ceruo grande, che ne capitò alle mani, con il darli vna ferita nel collo, vedemmo alla presentia di molti Medici, & altri Idioti, che quello sangue si condensò nel modo, che si condensa quello dell'huomo, del boue, & del castrato, & appresso posto nel acqua tepida, lassò a dietro molte fibre, nel modo istesso, che fa qual si voglia altra sorte di sangue.

Come per la medicina si troueranno molte cose che sin'hora non si sono trouate.

Quello che scriue Gal. a questo proposito.

Molte cose hora si trouano, che al tempo antico non si sapeuano.

Nota l'essempio del mal francese, che è nouo con la cura sua.

Come tutto il sangue hà le sue fibre.

Come Aristotile ha scritto nel libro 3. dell'historia de gli animali al c. 19. che il sangue del ceruo non ha fibre.

Nota che il Fernelio nel libro sesto della sua Fisiologia al cap. 7. dice il medesimo contra d'Aristotele.

Come s'è conosciuto, che il sangue del ceruo ha fibre.

Et benche questa cosa paia noua, è però vera, & anco antica, è vera, perche si è uista sensibilmente, è poi antica, perche se bene è stata a noi nascosta, forse per due milia anni, non è però stata nascosta alla natura, talmente, che si può credere, che si come è adesso, così fu anco da principio. Così quella putredine, laquale noi nel nostro libro hauemo detto essere nel huomo nel principio del nostro nascimento, & hauemo concluso, quando occorre, essere origine, & causa delli detti mali, & di molti altri, ancora che paia noua opinione, come paiono ancora le altre simili, nondimeno bisogna dire, che questo era molto prima, che io venissi in tale opinione, percioche ancora essa putredine ha non sò che del salso, come hauemo detto in quello libro, cosa, che deue ogni vno credere facilmente, non solo per le ragioni poste in quell'opra, ma ancora perche il siero nel corpo viuente, e sempre congiunto con il sangue, & con esso si diffonde per tutto il corpo, & quando si caua sangue a qualch'vno, il siero che sempre si separa dal sangue, se sente ha-

Come è vera, & antica.

Come la putredine è causa di molti mali in noi.

Come questa opinione si deue credere, & per qual causa.

Come il siero del sangue è salato.

uere in se qualche poco di salso, & questo accade non solo nello huomo, ma nel bone, nel castrato nel piccione, nelle galline, & nel capretto, come può ogni uno facilmente prouare, & perche il sapore salato ne li humori simili al siero, quando naturalmente si corrompe, si genera dalla parte più liquida, come accade del acqua della quale se genera il sale, quando si corrompe, di ragione ne seguita, che il siero è salato per qualche putredine, nè manco è da credere, che questo sapore venga di fuori, & entri nel corpo, come cosa diuina, ma nasce dal nutrimento corrotto, & putrefatto nello animale, fino a certo grado, & termine particulare; laquale corrottione se sarà comparata all'animale, non si potrà chiamare putrefattione, anzi concottione; ma comparata al nutrimento, perche già finisce di essere quello, che era prima, non sarà concottione, ma putrefattione, laquale si muta in sapore salato, non perche tutte le cose putrefatte siano salate, ma perche questa sorte di salato, ha in se del putrefatto. Et perche questo humore va di continuo per il corpo insieme con il sangue, è anco necessario, che di continuo, ò più, ò manco sia nel corpo qualche cosa corrotta, laquale per non potersi mai separare dal sangue, per questo si dice, che questa putredine è naturale all'huomo. Ma torniamo al proposito nostro, & però bisogna prohibire, che tal putredine non cresca tanto, acciò che possiamo liberarsi da questi mali. Percioche, se si conseruarà nel modo, che è stata nel principio, ò che perda parte del suo vigore, con la continua compositione del nouo nutrimento, come facilmente si deue credere, che accaderà in cinquanta, ò sesanta anni, & che non sia prouocata dal calore, dal quale è tanto stimolata, perseuerãdo così a guisa di uno corpo solfureo, il quale non si accenderia mai senza fuoco, ò qualche cosa simile, non produrrà mai alcuna sorte d'infirmità.

Come il sapore salato si genera della parte più liquida.

Come il siero è salso per qualche putredine.

In qual modo questa corruttione si deue chiamare putrefattione, & in qual modo concottione.

Come questa putredine è naturale all'huomo.

Che si deue prohibire, che questa putredine non cresca.

Come può perdere il suo vigore.

Come questa putredine non produrrà mai alcuna infirmità.

Questa prohibitione adunque si farà, se con ogni diligenza fuggiremo tutte le occasioni, per le quali si genera in noi il gran caldo, ma sopra il tutto lo smisurato coito, ilquale (come si vede nelli sposi, il primo anno) eccita la scabia, bisogna anco lassare il sale, & tutte le cose salate, perche anche esse generano questa putredine, ò almeno l'augumentano, come si vede per esperienza: il medesimo dirò della frequente crapola, per la quale spesso li putti s'ammalano di varole, & di morbilli, non solo perche sono più vicini alla sua natiuità, più che non sono li giouani, & li vecchi che nè sono più lontani, ma anco per essere di natura inchinati a questo. Si ha anco da schifare la troppo fatica, la importuna fame, la rabbiata sete, il sole troppo caldo, la lunga vigilia, il

In qual modo si può fare questa prohibitione.

Quello, che faccia il smisurato coito, che produce scabie come si vede nelli sposi.

Quante cose si hãno da schiffar per questo effetto:

il superfluo beuere del vino, il troppo vso delle specie, tutti gli acrumi, l'entrare nel bagno, dopò il cibo, il troppo frequentare li medicamenti solutiui, il praticar, & toccare spesso, & con qualche affetto quelli, che hanno la febre, scabia, ò qualche altro male contagioso, finalmente se l'huomo si vuole quasi assicurare da questa infirmità, bisogna che tutto il corpo suo habbia la sua naturale transpiratione, il che sarà, se il ventre sarà di continuo obediente, & lubrico, se l'orina verrà liberamente, se le narici, le orecchie, & tutti gli altri meati della pelle saranno bene aperti.

Come l'huomo si può assicurar di questo male.

Quando il corpo ha la sua debita transpiratione.

Del nutrimento quando non è vguale alle fatiche. Cap. x x I.

QVESTO *basta hauere detto della putredine proposta, hora trattaremo del nutrimento, quando non è vguale alla fatica.*

Questa dispositione adunque, ancora che spesso si comprenda sotto la specie della pienezza, non per questo si può sempre veramente chiamare pienezza, il che accade, quando il nutrimento è molto minore, che non è la fatica: ma ne anco quando è veramente pienezza, non si deue dire, che sia la medesima, della quale hauemo parlato di sopra, perche quella si riferisce alla troppo gran quantità del nutrimento, & questa si riferisce alla fatica hora cresciuta, hora sminuita hora lassata del tutto.

Quando questa dispositione non si deue chiamare pienezza.

Di questa pienezza se ne trouano alquante sorti, la prima è quando dopò il cibo vno si sente le narici ripiene, senza causa manifesta, nè indi può cauare materia alcuna, ma nel cominciare a mouersi, all'hora si spurga per il naso, & per la bocca, fra poco tempo ha le palpebre graui, sente prurito, & anco, come se hauesse poluere nella fronte, non ha fame non ha sete, perde il color suo naturale, costui sta di ogn'hora per ammalarsi, ò di qualche fastidioso catarro, ò di un'aspra febre. Però innanti, che questi mali compaiono, è espediente leuargli il cibo, & il vino, se si sente nausea, deue aiutare il vomito con qualche brodo acquoso, ò qualche altra cosa di simile facultà, se il ventre sarà stittico, lo deue lubricare con qualche lenitiuo medicamento, come è il nostro electuario Alessandrino, del quale nè potrà pigliare mez'oncia due, ò tre volte, deue anco fare esercitio si, ma manco del solito, & più quieto, & che sia tale, che per esso non si stracchi, & così nello auuenire perseuerarà, sin tanto, che mentre, che fa esercitio, il mocco delle

Questa pienezza è di alquante sorti, la prima, quale è.

Come si prouede alla prima pienezza.

narici

narici ceſſarà, & che il colore, & l'appetito torni al ſuo luogo. La ſeconda ſorte di pienezza ſi conoſce, quando l'huomo è inclinato al dormire ſuauemente così di notte, come di giorno, & queſto accade per hauer laſſato l'eſſercitio, il quale prima conſumaua gli humori ſuperflui, onde ſubito tutta la carne s'humetta, li ſpiriti ſi ripoſano, & indi ſuccede il piaceuole ſonno, ma pigliando poi ogni giorno il ſolito nutrimento, la carne, & li membri, per eſſere prima pieni, non nè ſentono mutatione alcuna, onde reſtando quello nutrimento dentro del corpo, il quale già per il paſſato è troppo pieno, & non facendo colui alcuno eſſercitio, per via del quale ſi ſoleua conſumare gran copia d'humori ſuperflui, da quella ſoprabondantia naſcono molti, & ſtrani vapori, li quali vagando per tutte le parti del corpo, confondono li ſpiriti, onde poi ne naſcono li ſonni di ſuaui, faſtidioſi, di quieti torbidi, & che rappreſentano varie ſorti di pericoli, & queſto accade il più delle volte nelli corpi pieni, & humidi. Quando adunque alcuno è venuto a queſti termini, già ſi può credere, che preſto ſarà aſſaltato da qualche gran ſonno, ò da lethargo, ò altra paſſione di teſta, ò che qualche membro inferiore ſi offenderà, poi che quella ſuperflua materia può ſcendere abbaſſo, all'hora non s'ha d'aſpettare, che ſi venga a queſti termini, ma ſubito che ſi vede che l'huomo incomincia a trauagliare per via del ſonno, biſogna preuenire il male con li opportuni rimedij, & a queſto ſi deue ſoccorrere con maggior & più lunga dieta, che a quell'altro, poi che la fame eſsicca li corpi, & leua il ſonno.

Come ſi conoſce la ſeconda pienezza.

Onde in queſti naſca il ſuaue ſonno.

Quello, che ſegua dopo il piaceuol ſonno.

Onde naſcono li ſonni turbati.

In quali corpi tali coſe accadono.

Quello, che può ſeguitare in tal caſo.

Come ſi proueda alla ſeconda pienezza.

Vi ſono ancora altri indicij di pienezza, come quando l'huomo ſi ritira dalli negotij, & gli pare di non poter far coſa alcuna, in tanto il ventre ſe gli fa ſtittico, & poi nello ſtomaco ſi ſente vn'inſolita grauezza, ò ſatietà grande, vi ſuccede anco vna leggiera vertigine, & poi ò dolore, ò peſo nella teſta, ò conturbamento di ceruello con qualche puntura per dentro, qualche volta ancora ſente l'huomo, che il collo gli duole, & gli peſa, ò che in eſſo ſi ſente & ſi vede qualche humore, finalmente gli ſopragiunge, ò podagra, ò qualche lunga febre, ſecondo, che l'huomo ſarà ſoggetto, ò a l'vno, ò a l'altro. Prima dunque che caſchino queſte coſe, ſarà bene quanto prima a lubricare il ventre con vno cliſtero fatto con oglio, & poi per tre, ò quattro giorni mattina, & ſera innanti il cibo dargli vno ſcropulo di pilole d'aloe lauato, ò di tribus, ò di qualche altra ſimil coſa, & a queſto modo lubricare il ventre, & poi procedere con tutti gli altri rimedij, c'hauemo detto, ſin tanto, che quella ſatietà, & vertigine, & le altre diſpoſitioni della

Nota altri indicij di pienezza.

Come ſi proueda a queſta altra pienezza.

testa, & del collo, ò vna, ò due, ò tutte siano cessate, ma in particolare acciò che si possa diuertire la podagra, che alle volte può soprauenire, bisogna sopra il tutto osseruare, che subito, che si sente qualch'vna delle dette indispositioni nella testa, ò nel collo, non mancare di lubricare il ventre, nel modo, c'hauemo detto, ma primieramente leuare il vino, & subito che cessano, se gli deue restituire, verbi gratia se la mattina vi sarà il dolore di testa, subito al pranso se gli deue leuar il vino, & beuere solamente acqua, ma se la sera cessarà il dolore, potrà a cena beuere il vino, & per il contrario, se la mattina ritornarà, beuere di nouo acqua, poi che in questo caso non è vtile a beuere sempre acqua, nè manco sempre vino, per fare l'vno, & l'altro, l'offitio di medicamento, quando si pigliano l'vno dopò l'altro, nè si trouarà alcuno più signalato rimedio di questo, in quelli che beuono vino, con patto però, che tra tanto si guardino al tutto dal coito, & mangino al quanto meno, & se per sorte s'auuertissero, che se gli fusse trattenuta qualche solita euacuatione, la deuono parimente con ogni diligenza prouocare, prima che gli soprauenga la podagra. Ma se alcuno mi dimandarà, se il beuere dell'acqua è conueniente nella preseruatione della podagra, dico che questa dimanda non spetta al presente negotio, pure non mancarò di dire, che l'acqua, mentre che fa gli humori grossi & densi, gli trattiene il loro moto, che non così facilmente cascano alle giunture, ouero che, per dare ò poco, ò nessuno nutrimento, con leuare l'abondantia dell'indigestione de gli humori, senza li quali non si può generare la podagra, prohibisce ancora questo male che ha da venire.

Come in questo caso si prohibisce la podagra.

Quando si deue leuar il vino, & quando restituire, & in qual modo cio s'ha da fare.

Come il vino, & l'acqua fanno alle volte l'officio di medicamento.

Nota il rimedio segnalato del vino, quando si deue lassar del tutto il coito.

Se il beuer dell'acqua è bono preseruatiuo dalla podagra.

In qual modo l'acqua gioui in questo caso.

Ma torniamo al proposito nostro. Della medesima sorte è quella fiacchezza, che viene quando l'huomo dopò hauere intramesso li suoi soliti essercitij per alquanti giorni, sente vn certo dolore, come se fusse stracco, hora per tutto il corpo, hora per questo, & hora per quello altro membro, si moue con difficultà, sbadaglia, & nel spadagliare si stende assai, & spesso, teme di qualche gran debilità, & per questo si sforza di stare a riposo, & di ristorarsi ogni giorno di qualche buono nutrimento, tal che al fine gli sopragiunge la febre. Questo prima, che venga la febre, ha bisogno d'essere curato con quelli medesimi rimedij, c'hauemo detto, ma di più ha di bisogno di stare molto sobrio, & di fare molto essercitio, ma se si sentirà di continuo dolore per tutto il corpo, giudico, che con gran difficultà, si potrà ridurre alla sua solita sanità, senza cauargli del sangue, se altro impedimento non vi sarà,

Nota vn'altra sorte, di pienezza, & come si conosce.

Come si ha da procedere in questo caso.

Quando la sobrietà, & essercitio giona.

Quando è bisogno cauar sangue in questo caso, & per qual causa.

sarà, & questo dico perche se il dolore, è per tutto il corpo, bisogna, che vi sia qualche causa che camini, & offenda tutto il corpo, & questo non può essere, se non nelle vene, le quali perciò bisogna votare.

Nota vn'altra pienezza, & come si conosce.

Alcuni altri dopò la pienezza, sentono, & dolore, & grauezza di testa, & dopò, c'hanno mangiato, sentono tanto peso nelle palpebre, come se fussero aggrauate d'vno grandissimo sonno, nel dormire hanno gran trauaglio, si riscaldano fuori del solito, alle volte il ventre se gli fa stittico: se per sorte vsano il coito, gli pare subito d'essere molto leggieriti, ma ben presto si fanno più graui di prima: a questi ancora si stittica il ventre, & si graua il capo, perche tira a se dalle parti da basso la soprabondantia de gli humori, tal che sono pericolosi di non hauere qualche gran male alla testa, & però prima, che gli venga, s'ha da prouedere, che il capo non tiri a sè con tanta furia, & questo seguirà, se, con rimedij conuenienti, & leggieri si farà spesso il corpo obediente, & se per sorte gli venisse nausea, sarà bene a prouocarsi il vomito, purche siano facili a vomitare, sarà anco bene essere diligenti in lassare il vino, & tutte quelle cose, che possono salire al capo, & guardarsi dal coito, & nutrirsi di quelli cibi, c'hanno virtù di lubricar il ventre, ma in poca quantità, bisogna anco fare poco essercitio. Ma se con tutto questo gli crescerà il peso, & dolor di testa, sarà bene a cauarsi del sangue dalla vena del fegato, ò da quella vena da la quale soleua vscir il sangue, che hora è ritenuto.

Come alle volte il coito pare vtile, se bene è di danno.

Come si prouede a questi mali.

Quando s'ha da lassar il vino.

Quando bisogna cauar sangue, & da qual vena.

Altri poi s'affaticano assai per il giorno fuori del suo solito, la sera sono stracchi, & fiacchi, la mattina sequente non hanno gusto di cosa alcuna, & pure sono sforzati a pigliare il solito nutrimento, & a quello modo stanno per qualche giorni, poi gli viene sete, & poi anco gli duole la testa, all'vltimo sono assaltati dalla febre, con horrore, questi, fatti deboli per la troppo gran fatica, restano bene d'affaticarsi, ma non già di beuere, & di mangiare, secondo il solito, con tutto che se ne dourebbono guardare hora, più che de altro tempo, & cosi il sangue loro assottigliato per la troppo agitatione, ha di bisogno di maggior luogo, & per questo empie & le vene, & le arterie, & appresso la respiratione si fa più frequente, come si vede in quelli, c'hanno fatto grande essercitio: da questo ne seguita che il nutrimento che pigliano, non è riceuuto dalle parti interne, perche sono piene già di altro humore, il qual poi restando nel ventriculo, & ne gli intestini, s'incomincia a corrompere, dalla quale materia eleuandosi li vapori caldi, & forse anco acri, ne seguita il dolor di testa, & da questo calor ancor, che è secco, ne nasce la

Come il sangue empie le vene.

Come il nutrimento non è riceuuto dalli membri.

Come gli humori si corrompono, & ciò che ne seguita.

Quello, che segue se gli humori non si corrompono, & se si corrompono.

sete, se poi questi humori non si corrompono di continuo, ma per intermezo di tempo, & che la putredine sia poca, prima ne nasce horrore, ma se la putredine andara crescendo, ne seguita il rigore, & poi la febre.

Come si prouede a questa indisposi tione.
Quando bisogna cauar sangue.
Quello, che si ha da fare non volendosi cauar sangue.

Però inanti che li venga la febre, se voranno nutrirsi secondo il solito suo, sarà bene quanto prima cauarsi sangue, accioche quella materia non faccia qualche apostema, ò almeno non impedisca la cottione, ò il nutrimento, ma se non si voranno cauar sangue, sarà necessario che sminuiscano il mangiare, & il beuere, & che sopra il tutto si guardino da beuere bene, & che ogni giorno facciano qualche essercitio, il quale però sia tanto moderato, quanto possa comportare la loro natura.

Nota vn altra pienezza, & come si conoisce.

Altri poi sono, il cui ventriculo cuoce il nutrimento, che se gli dà, ma li loro membri non lo riceuono, ilquale restando nel corpo, (& questo si conosce meglio quando il ventre è stittico) prima si scalda, & poi genera molti flati, li quali però non escono per bocca, ma più presto chiusi, & serrati nell'istessa materia, si fanno sentire qua, & la per il ventriculo, poi per la giunta, che se gli fa ogni giorno del cibo, & ritenuto nel corpo fuora dell'ordine naturale, il più delle volte si corrompe, & poi che è corrotto, non può dare più nutrimento alcuno. Dall'altro canto l'ammalato non può comportare la fame, & se presto non se li da da mangiare subito si corruccia, la bocca se gli fa amara, & la testa gli duole, quando poi ha mangiato, li pare di sentirsi meglio, se gli rimette quella fastidiosa fame, & gli cessa il suffogamento, che prima sentiua dalli flati, che erano insieme con il cibo, il quale con la sua grauezza lo caccia alquanto più abasso, ma quando questi humori sono cresciuti tanto, che più non si possono comportare, ne nasce anco maggior putredine, dalla quale se ne seguirà maggior copia de flati, allhora il ventriculo disteso in maggior quantità, tanto più quando li flati non trouano esito, nè anco potendosi prouocare il vomito, la visica del fele, la quale è situata trà il ventriculo, & il fegato, si comprime, onde la colera è forzata passare alle vene del fegato, & da questo ne seguita quella indisposition, chiamata ittericia, la quale in questo caso si fa senza ostruttione di quello meato.

Come il cibo per esser corrotto nõ puo dar nutrimento al corpo.
Come l'ammalato non puo comportare la fame, & il male, che sente per non mangiare, & il bene per magnare.
In qual modo cessa il suffogamẽto.

Nota vna cosa rara, che accade alla vesica del fiele.

Nota come si può fare l'Itteritia senza l'ostruttione della vesica del fiele.

Mà se nel corpo sarà più acre, & più puzzolente putredine, prouoca il ventre, come che se l'huomo hauesse preso vna medicina solutiua, & fa vna diarrea copiosa, che procede più da materia stercorosa gialla, & liquida, perche realmente il nutrimento s'è putrefatto, che da colera, ò d'altro humore, & poi ne può seguire quello male chiamato di-

Quando in questo caso ne seguita euacuatione di ventre.
Onde può nascere la diuenteria.

senteria,

senteria, percioche quell'humore putrefatto con la sua dimora ha prima riscaldato gli intestini, & poi gli scortica con la sua acrimonia.

Come si proueda a questa indispositione.

In questo caso quando si è generato nello stomaco quello flato così stretto, & che il ventre sia stittico, & non si possa comportare la fame, deue l'huomo prouedere alli fatti suoi, prima che il male pigli augumento, però prima mollificarà il ventre con clisteri fatti d'oglio semplice al peso di vna libra, mettendone vno ogni giorno, ouero almeno vno sì, & l'altro nò, lassarà del tutto li cibi sodi, duri, secchi, cotti a rosto, fritti, & anco il vino, perche fa dure & ferme le cose putride, & per tre, ò quattro giorni lassando tutti gli altri cibi, beuerà copiosamente brodi, ò minestre liquide, accioche questo nouo cibo mescolandosi con la materia corrotta, la possa più facilmente contemperare: se la fame ritornarà, & il vento si risoluerà, potrà ritornare alla sua solita regola di viuere, se anco non si vedrà questo miglioramento, si forzarà di soluere il corpo con qualche pilola composta di medicamenti solutiui, ma senza scamonea, & di queste ne pigliarà vno scrupulo mattina, & sera, poco inanzi il cibo, percioche non bisogna purgare il corpo tutto in vno tratto, ma a poco a poco, perche se si da vno medicamento gagliardo, spesso accade che gli humori sottili, & acquosi si purgano, & restano gli escrementi grossi, & sodi, che sariano da euacuare, & poi occorre che il medicamento, con la sua violenza, moue, & conturba quella gran copia di fetidi escrementi, & da questa si leuano li vapori caldi, & puzzolenti, li quali spesso passano nelle vene, nelle arterie, nelle carni, & finalmente in tutto il corpo. Onde il più delle volte ne seguita la febre, ma il medicamento fatto, (come hò detto) leggiero, prouocando la natura piano piano all'espulsione, con li piccioli stimoli, che succedono l'vno a l'altro, separà destramente, & commodamente vna parte dall'altra di quella grande, & dura mole d'escrementi, che è nel ventre, & inuita la natura a scaricare se stessa di quello così gran peso, onde ne seguita poi l'espulsione senza pericolo, & senza molestia.

Quando si hanno da beuere solamẽte brodi, ò minestre liquide.

Quando s'hanno da pigliare pilole, & come hanno da essere.

Quando, & perche il corpo s'ha da purgar a poco a poco.

Il danno, che seguita, quando si piglia vn medicamento gagliardo.

Il benefcio, che segue dal medicamento leggiero.

Si trouano anco alcuni, li quali poco inanti che sia l'hora solita di mangiare, & anco quasi subito dopò il cibo, sputano grande materia pituitosa, & gli escrementi del ventre sono manco di quello, che mangiano, ma poco manco, di notte non dormono molto male, la mattina quando si leuano, dicono d'hauere nello stomacho non so che di graue, & duro, simile quasi ad vno picciol pane, il quale però non gli fa dolore alcuno, ma se si muouono alquanto, mostrano con li loro rotti, che non hanno ne del acido, ne del puzzolente, che il cibo preso la sera inanti, è ancora crudo,

Nota vn'altra pienezza, & come si conosce.

Onde procede questa indispositione.

do, come se pure allhora l'hauessero preso, questi hanno nello stomaco gran copia di flegma,& massime sottile,la quale fa l'effetto istesso nello stomaco con il cibo,che fa l'acqua delli pozzi con li frutti,li quali ben coperti di essa d'ogni intorno si conseruano incorrotti tutto l'anno,come insegna Aristotele nella 20. settione de suoi problemi: cosi fa la flegma con il cibo preso la sera a cena, la quale riceuendolo in se di sopra, di sotto,& da ogni lato, & abbracciandolo con la sua grande copia da ogni parte,per il riposo di tutta la notte, non lassa suaporare li spiriti naturali di esso cibo,& per li quali si conserua, & alterandolo anco con la sua frigidità,sminuisce in tanto la forza del calore, che lo circonda in modo,che non può cosi facilmente mutarlo dalla sua qualità, & natura in vn'altra,che sia differente da lui.

Come li frutti coperti d'acqua si conseruano tutto l'anno.

Come il ventriculo di questi tali sia freddo.

Ma la mattina,nel mouersi che fa il corpo,per romperci la coperta di quella flegma,si generano subito li rotti crudi. Il ventriculo di questi tali di sua natura non è più freddo,di qual si voglia altro, ma è freddo in quanto che è impedito da questo humore,che contiene dentro nella sua cauità,la quale è poi causa che non si faccia la debita concottione del cibo, si come è vna pignata di terra piena d'acqua, pigliando la similitudine dall'humido al freddo,la quale humetta cioche se gli mette dentro,ancorche di sua natura sia secca.

Nota l'essempio della pignata in questo fatto.

L'error,che fanno alcuni in questa indispositione.

In questo caso molti sogliono tentare di scaldare il ventriculo con empiastri,& vnguenti applicati di fuori,ma perche questi rimedij non possono fare il suo effetto bono,se non in lungo tempo, & questo male ha bisogno di più breue cura, è cosa pericolosa,mentre che s'affaticheranno di dare aiuto à l'ammalato, per questa via, che il male non vada tanto crescendo,che a l'vltimo l'ammalato se ne moia,però non douemo essere negligenti in questo caso,& benche li Medici moderni lodino questi rimedy,non bisogna però in essi fidarsi tanto, che lasciamo da canto tanti,& tanti altri rimedij.

Come non douemo essere negligẽti in questo caso.

Come li medicamenti non possono portare, danno se bene non portano vtile.

Et se bene hauemo visto qualche volta nel volere purgare la flegma, che vno medicamento dato in forma di bolo,ò di pilola, è vscito per il ventre intiero,ma coperto solo di flegma,senza fare alcuna euacuatione,non bisogna per questo restare di darne delle altre volte, quando occorre vn simil caso: perche tal medicamento non può portare danno alcuno. Ma per venire alla cura di questo caso,dico, che non si può vsare il migliore rimedio,che prouocare il vomito,purche però l'ammalato non sia troppo difficile a vomitare.

Come si deue procedere nella cura di questo male.

Come si prouochi il vomito.

Però bisogna che si sforzi di vomitare, osseruando questa regola, cioè

che

che stia digiuno sino a mezzo giorno, & all'hora corra, & passeggi in gran fretta, accioche con il caldo del giorno, & con il moto dell'essercitio, & con l'essere digiuno, nel qual tempo lo stomaco contiene gli humori più sottili, & in più quantità, si prouochi più facilmente il vomito, ma se non vomitarà cosa alcuna, come alle volte accade, per essere forse nello stomaco qualche grossa, & lenta materia, farà bollire vn'oncia, & mezza d'hisopo secco in libre quattro di acqua, ò più, ò meno, & cotta, la colarà, & poi gli porrà vn poco di aceto, & anco sale, se più gli piacerà, di quest'acqua ne beuera prima piano, & lentamente, & poi vn poco più, & più in fretta, & a questo modo procurarà di vomitare, dopò il vomito non mangiarà cosa alcuna, purche non sia forzato a mangiare da qualche altra causa, la sua cena sarà di pane di fior di farina, di vino puro (purche a questo sia assuefatto) di carni di vcelletti arrostiti, & simili altri cibi: se le cose salate gli piaceranno non se gli prohibiscono, & cosi mangiarà, & beuerà, presupponendo che la fame, & la sete gioui a questo male.

Nota vno medicamento vomitiuo, & come s'ha da pigliar.

Dopò cena se dormira la notte assai, non gli sarà di danno, perche il sonno dopò il cibo parco, consuma quasi sempre gli humori, che prima erano nello stomaco, il giorno seguente non lassarà di attendere alli suoi soliti negotij. Dopò l'essercitio della mattina sarà bene a ridormire alquanto, purche possa, perche anco questo aiuta a consumare il superfluo humido del ventricolo, & dopò mangi molto parcamente, & cosi procederà nell'auenire, sin' tanto che tutta quella indigestione, sia ridotta a niente. Si trouano anco alcuni a quali, per la troppa fatica che durano, si liquefa maggior quantità di materia dal corpo, & massime dalle carni, di quello, che si mandi fuori per la pelle, per la via dell'orina, & per il ventre, parte di questa materia, adunque si ferma sotto la pelle, & l'imbratta di pallido colore, come fa il sudore, che imbratta la camiscia: parte poi pigliando la via del ventriculo, iui si ferma, come in luogo nel quale gli humori superflui corrono, & dalla testa, & dalle vene circumuicine. Questi dunque si fanno pallidi, & poco dopoi c'hanno mangiato fanno li rotti acidi come aceto, li quali dopoi diuentano acri, & poi quelli medesimi vapori, che fanno li rotti, salendo in alto, morsicano le narici, & gli occhi. Si fanno adunque pallidi, perche gli humori à quello modo risoluti, fermandosi sotto la pelle, perdono il suo proprio colore, & n'acquistano vn'altro, il quale quasi sempre nel principio è pallido, ò di simil sorte: li rotti poi sono acidi, perche quel humore, fermandosi troppo nel ventriculo, iui si corrompe,

Il sonno consuma li humori nello stomaco.

Nota, che'l dormire innanti pranso in questo caso dopò il debito essercitio è molto giouenole.

Nota vn'altra pienezza.

Come si conosce.

La causa d'alcuni di questi accidenti.

Perche costoro fanno li rotti acidi.

rompe, & si putresa, come fanno anco tutti li humori, li quali subito che acquistano qualche putredine, diuentano acidi (come hauemo dichiarato nel primo libro del morbo gallico.) Questi rotti poi escono alquanto dopò il cibo, perche la natura forzandosi di tirare presto, dal ventriculo à se, il nutrimento già preso, cerca di cacciare tali vapori, perche si mettono in mezzo, & impediscono questa attrattione, onde forzandosi di portarli in alto, & di romperli quanto più può, moue poi quelli rotti.

Per qual causa li rotti escono dopò il cibo.

Perche questa materia punge le narici, & gli occhi.

Questa materia anco punge le narici, & gli occhi, perche ha acquistato maggiore putrefattione, & cosi non solo si fa acida, ma anco acre, come nel detto luogo hauemo scritto. Questi corrono pericolo, perseuerando tale colliquatione, che il ventre loro non s'empia tanto d'acqua, che all'vltimo si facciano idropici. Accioche adunque si possano difendere da questo male, che gli può venire adosso, non restaranno già affatto di fare essercitio, accioche volendosi dare totalmente al riposo, per fugire l'hidropisia; col mortificare il loro calore, non caschino in tisichezza, contraria all'hidropisia, come è accaduto ad alcuni, ma faranno alquanto manco essercitio, accioche quelli humori già liquefatti, che erano resta ti nel capo, & le altre superfluità, che ogni giorno si generano, si possano più facilmente euacuare: se anco saranno facili a vomitare, procuraranno di cacciare fuori gli humori acidi per quella via, ma se non potranno vomitare, saranno parcissimi nel mangiare, & nel bere vino, sin tanto che quelli rotti acidi cessino, in modo però, che la natura non venga molto a patire.

Come questi ca si si deue far manco essercitio.

Come si proueda a questo male.

Come in questi ca si si deue far manco essercitio.

Come questo medesimo ancora accade ad altri, & a quali.

Questi medesimi accidenti sogliono accadere alle volte anco a certi corpi, c'hanno la carne densa, come sono quasi tutti li spagnoli, & alcuni Italiani magri, & forti, quando fanno poco essercitio, & mangiano più del douere. Questi dunque la notte, dopò che hanno fatto il primo sonno, & che il cibo nel ventriculo si è riscaldato, & liquefatto, gli altri membri ancora, & in particolare la carne, si scalda, & da tutto il corpo esce vno sudore sottile, à guisa di rugiata, & non per questo la carne riceue il cibo preso poco inanzi, per essere fatta alquanto più densa del solito, per l'essercitio tralassato, onde la natura irritata da questo cibo, come se gli fusse fatto contrario, in certo modo forzatasi, cosa che si conosce da quello sottile sudore, cerca di cacciarlo fuori per il canale, che è parte superiore del ventriculo, tal che se questi tali haueranno mangiato copiosamente ò pesce, ò caso, ò qualche cosa simile, tutto il resto della notte saranno molestati da sputi lenti, & flegmatici, & da qualche tosse, ma se haueranno mangiato carne corrono.

Quello che accade a questi tali.

Per qual causa la carne non riceue il cibo preso.

Nota il disordine che nasce in questo caso.

rono periculo di qualche soffocatione, sin tanto che si possano leggerir per via del vomito; per il quale si sentono bene alquanto in miglior essere, ma poi restano pallidi, & ne l'andar inanzi, son trauagliati da dolori, & altri mali, poi che ad alcuni sopragiunge vna certa strangulatione, ad alcuni tosse. Il che accade a questo modo, cioè che il cibo cacciato da lo stomaco a la bocca, mentre che passa per le fauci, la canna del fiato s'apre, perche il suo coperchio, chiamato da Greci epiglotide, per quella violenza s'inalza, onde, oltra che non può così facilmente entrar in bocca, non può essere che, almeno in qualche parte non nè caschi nella canna del polmone già dilatata; & per questo l'huomo corre pericolo, ò d'una fastidiosa tosse, ò d'vna subita soffocatione: & da questo si comprende in quanto grand'errori siano quelli, che ostinatamente credono, che la tosse causata da sputi venga solamente dalla testa, ò dal petto. Et sò certissimo, che questa mia opinione sarà molto ben tassata da costoro, per esser cosa non più detta, ò scritta da alcuno. Nondimeno mi risoluo più presto di far poca stima di queste loro oppositioni, che potendo dare qualche buon consiglio per la sanità dell'huomo, io non lo faccia. Questi si deuono curare con leuargli il cibo, spesso lubricargli il corpo, & fare grand'essercitio; per che la natura di costoro ha bisogno di maggior fatica, che di cibo; perche l'essercitio (pur che non sia estremo) fa le carni più rare, & lo stende in maggiore ampiezza. Per questo ancora alcuni di costoro sentono giouamento grande, se dopò il cibo fanno qualche notabile essercitio con la voce, come che per la ritentione, & velocità de lo spirito, le carni parimente si stendano, & si facciano più rare.

Come ad alcuni venga strangolatione, ad alcuni tosse.

Nota l'error di quelli che credono, che la tosse cō sputi venga dalla testa, ò dal petto solamente.

Come si curi questa indispositione.

L'essercitio fa le carni più rare, & più ampie.

Come l'essercitio di voce dopo il pasto gioua.

Si truouano ancora alcuni, li quali manziano, & beuono troppo; onde il cibo esce spesso per il ventre liquido, crudo, indigesto, & in gran copia, come s'hauessero quell'infirmità chiamata leuità d'intestini; & con tutto questo non sentono dolore alcuno. Il corpo di costoro si và pian piano consumando, perche non piglia il suo nutrimento conueniente. Et ben che il loro ventriculo paia freddo, & humido; freddo, perche non cuoce il cibo, humido, perche è lubrico; nondimeno non ha nell'vn male nell'altro; ma più presto non cuoce per esser oppresso da troppa quantità di cibo; & poi ripieno da molta beuanda non lo ritiene, & lo sforza andar al basso, & uscir fuori del corpo per il ventre. Questi non hanno bisogno di coprir lo stomaco di fuori d'vntioni, nè d'empiastri, perche la frigidità del suo stomaco nasce d'altronde. Ma bisogna sminuire il mangiare, & il bere: gli conuiene alle volte mangiar

Nota vn'altra pienezza, & come si conosce.

Come il ventriculo di costoro nō è nè freddo, nè humido, se ben pare che così sia, & per che così paia.

Come questi non hanno bisogno di rimedij esteriori.

Come si deue procedere nella cura di questa indispositione.

Come li cibi sodi, & duri giouano in questo caso.

il pane quasi senza lieuito, lasagne, pasticci, & simili cibi, li quali si fermano più nello stomaco. Et acciò che anco il cibo si fermi meglio, sarà bene mangiar del pane posto nel vino austero; oltra di questo gli conuiene il moderato essercitio. A questo modo lo stomaco farà buona concottione, & si farà conoscer che è caldo. Ma se con questo il ventre sarà troppo lubrico, sarà bene a diuertir questo moto due, ò tre volte con il vomito, perche così si leua quella mala vsanza.

Quando è bene a vomitare.

Nota vn'altra pienezza, & come si conosce.

Per il contrario sono alcuni, li quali mangiano assai, & beuono poco, & non s'essercitano secondo il suo solito; orinano più spesso che non deuriano, & pian piano si vanno consumando: fanno le lor fecci consuete, & vnite, ma senza puzzor alcuno, & quasi bianche, & tali, che son quasi come quelle de gl'itterici, a quali è sparso il fele per il corpo, se ben non sono itterici. In questi, perche non fanno essercitio, le loro carni non si votano per li meati della pelle, come soleuano; & per non essere euacuate, non tirano dalle vene; tal che il succo del quale si nutriuano, camina bene al luogo suo solito, ma perche da esse non è tirato, nè manco sà tornar à dietro per la strada che ha fatto prima, resta, & soprabonda nelle vene. Onde cacciandosi da se stesso nelle vene, con la sua abbondanza, esce poi fuori per la vesica, & così assuefacendosi a questa espulsione, & stillando fuori ogni giorno in maggior copia, essicca poi le carni, & il ventre. Il corpo di costoro perche non piglia il nutrimento, s'intabidisce, & il chilo, il quale per la maggior parte è bianco, perche nel ventriculo, & ne gl'intestini s'essicca, inanzi che possa secondo il suo solito, putrefarsi; & poi farsi giallo, ò rosso, & vltimamente acquistar la forma di puzzolente sterco (poiche la putrefattione come dice Arist. nel 4. della Meteora, è vna spetie di corruttione nel proprio humido, & il corpo secco non si può putrefare) esce a l'vltimo dal corpo sotto forma d'escremento quasi bianco, & senza odore; percioche essendo questo chilo il più delle volte bianco, & essiccandosi inanzi che cali a gl'intestini, & anco dopò che v'è arriuato, (come hauemo detto) esce a l'vltimo per gl'intestini senza perder quasi parte alcuna della sua bianchezza, ma solamente fatto più sodo, & più fermo, come priuato del suo proprio humore. Et a questo modo si vedono a le volte le fecci bianche, senza obstruttione alcuna del meato del fiele. A questi è di gran giouamento leuar parte del cibo, lassare il pane senza lieuito, perche si cuoce con difficultà, & mangiar quello che è fatto con il lieuito, & questo più presto che sia fatto con la farina intiera; perche il pane puro quanto più nutrisce, tanto meglio ristora la virtù.

Nota quando le fecci sono come quelle de gli itterici, se bene non ci è questo male.

Come il ventre, & le carni s'essicano.

Come gli escrementi del ventre resta no bianchi.

Come si curi questa indispositione.

Deuono

Deuono anco beuere il vino nero con alquanto del soaue, ma non troppo potente. Il resto del viuer suo deue essere secondo il solito, ma in manco quantità, & cosi pian piano ritornaranno alli suoi soliti essercitij. Ma se forse, per esser debili, non li potranno fare, la mattina almeno, poi che haueranno hauuto beneficio del corpo, innanzi che mangino si faranno alquanto stropicciare; & cosi seguiranno sin tanto, che fatti alquãto gagliardi, potrãno poi più cõmodamẽte fare il suo solito essercitio.

Alcuni altri per qualche giorno, prima si fanno stittichi, gli cessa l'appetito, abbhorriscono li cibi, & poi gli viene scorrentia di corpo di vna materia liquida, putrefatta, & simile à gli oui corrotti, dalla cui acrimonia gli intestini sono morsicati, il ventre si riscalda, riscaldato succhia le carni, sente dolore; & da questo ne nasce vlceratione, & con difficultà si ferma. A questi è cosa vtile prima che gli venga il flusso, lubricargli il ventre con clisteri d'oglio (come hauemo detto) ouero con qualche electuario leggiero, sminuirgli il cibo, & anco la fatica. Quando poi il ventre comincia a mouersi, bisogna, & di sopra in beuanda, & da basso ne i clisteri, con brodi alterati con la rumice, ò con cicerbita, mondificare gli intestini prima che siano vlcerati da quella corrotta materia: ma poi che saranno essulcerati, bisognarà vsar li rimedij, con li quali si può curare la disenteria.

Nota vn'altra sorte di pienezza, & come si conosce.

Come si curi questa indisposition.

Alcuni fanno le fecci secche, & abbrusciate, dietro a questo la bocca si fa prima secca, & poi amara, il ventre si chiude, & l'orina si trattiene. Questo occorre, perche gli intestini priuati d'humore, sono causa della ritentione dello sterco. Onde non solamente si chiude la strada à quel che si mangia, & che si beue, che per essi non passi; ma anco s'impedisce il passo all'orina, & questo fa comprimendo li vasi, li quali per quella compressione si chiudono in se stessi, & non lassano passar l'orina. Onde ne nasce dolor di ventre, & anco s'accende vn caldo noioso, & contra natura, & poi incominciano a vomitare ciò che mangiano, & beuono, & se il male camina tuttauia inanzi, all'vltimo vomitano ancora lo sterco; per la quale indisposition il più delle volte gli huomini se ne moiono.

Nota vn'altra pienezza, & come si conosce.

Come queste cose accadino.

Nel curar di questa infirmità, prima che l'orina si trattenga, & prima che ne seguitino maggiori mali, sarà bene che questi piglino mattina, & sera inanzi all'altro cibo, il succo d'orzo, se non l'abhorriranno, ouero qualch'altro simile liquore; che beuino pochissimo vino, ma acqua assai, che lassino gli oui, cibi arrostiti, fritti, salati, & grassi, che mangino carni bollite, & pane ben fermentato con tutta la farina colata; potrãno anco mangiare ogni sorte d'herbe cotte à lesso, purche non siano nè acri, nè

Come si curi questa indisposition.

secche. Vsino per lubricar il corpo, li clisteri fatti d'oglio, quando haueranno hauuto l'intento suo, & che la bocca si faccia humida, & l'amarezza sia cessata, potranno ritornare alli suoi soliti essercitij.

Nota vn'altra pienezza, & come si conosce.

Alcuni altri dopò l'hauer fatto troppo essercitio la mattina, per che il corpo, & particolarmente la testa si vacuano d'humore, se gli graua la testa con vn poco d'horrore, & se tal cosa spesso gli interuiene, cascano all'vltimo in vna febre con horrore, ilquale gli viene, perche essendo euacuato quell'humore, ilquale empiua li meati della pelle, è necessario che nel far maggior essercitio quelli meati, che tuttauia s'aprono più, s'esponghino anco più all'aere esterno, ilquale entrando poi nel profondo della carne con la proportione di minor inequalità (come si dice) li raffredda, li punge, & li fa sentir quell'horrore. La testa se gli fa graue, perche essendo euacuata del suo proprio humore, del qual ha tanto di bisogno, s'indebolisce. Et si come quelli che son deboli, gli pare che le loro vesti siano più graui del solito, così le carni, & gli ossi della testa, essendo bisognosi di quell'humore, che li conforta, & che in certo modo li fa leggieri, si fanno per il contrario sentir come se fossero graui. Ne seguita poi la febre con horrore, perche se bene il grand'essercitio, & fatto fuor di tempo dilata li meati della pelle, & apre la strada all'aere esterno, che rappresenta vna specie di freddo, nondimeno riscalda fuor di modo li membri interiori. Però colui che si troua in questo stato, & che ha la febre, sente ben le carni calde, & se si scuopre alquanto, sente horrore, ma non ha mai fredde le parti estreme, nè manco la pelle. Questi tali purche non habbino febre, deuono mangiar la mattina moderatamente, & beuer vino suaue; & essendo soliti, possono anco dormir dopò pranso, poco inanzi cena far alquanto d'essercitio, cenar secondo il suo solito, dopò cena non passeggiare, la notte dormir bene, la mattina inanzi pranso farsi alquanto stropicciare, & poi passeggiar alquanto lentamente. Queste cose mi par che bastino à quelli, alli quali, ò li cibi auuanzano le fatiche, ò le fatiche auuanzano li cibi; ma questo poco interuiene, quell'altro poi più spesso accade.

Come tal cosa gli accada.

Come la testa, & le vesti gli paiono graui.

Come ne seguiti febre.

Come si sente horrore senza alcun freddo.

Come si curi questa indispositione.

Della regola del viuer di quelli che vanno, & vengono a Roma. Cap. XXII.

VEDO *che alcuni desiderano di leggere anco molt'altre cose, perche par che non basti dichiarar quali sono quelli che habitano à Roma,*

Roma, qual vita facciano, & fin à quanto tẽpo viuono; ma anco bisogna insegnarli in qual modo si hanno da difendere da alcuni altri mali, oltra quelli che sono familiari à Roma; & che siano regolati nel mangiar, & nel beuere, accioche possano viuere più lungo tempo che non soglion fare. Questi adunque che vengono à Roma con animo anco di partirsi, non si deuono subito dare à gran riposo, ma pian piano riposarsi, pur ch'altro non gli sforzi à far il contrario, acciò che il sangue commosso per il viaggio, per il grande, & subito riposo non si fermi in vn luogo particolare, & iui faccia qualche mala infirmità. Se saranno venuti da luoghi molto freddi, come sono la Fiandra, la Germania, & l'Inghilterra, & massime al tempo della Primauera, ò dell'Estate; fuggiranno li vini potenti, ò almeno li beueranno con grandissima copia d'acqua, perche li capi loro s'empiono, & presto, & facilmente dall'aere, che quasi sempre è australe, & dal caldo del sole, ilquale tira à se ogni cosa; s'empie anco più facilmente, & in maggior quantità per beuer il vino potente, che sogliono beuere costoro; onde ne nascono poi catarri, dolori di giunture, & tosse. Questi medesimi anco che beuono assai, si deuono guardar dal cascio, perche gli è di gran nocumento, come hauemo detto.

Ciò che deuono far quelli che vengono a Roma cõ animo di partirsi. Perche nõ li deuono subito riposare.

Quando, & pche s'hanno da fuggire li vini potenti

Come deuono far il cascio.

Se saranno venuti à Roma per le poste, beueranno vino, & acqua, ma assai più acqua che vino; & aduertiranno bene per il spatio di 15. giorni di non star giorno alcuno, che non facciano vn poco d'essercitio, ò à piedi, ò à cauallo. Et quelli che poco si curano di questo mio cõsiglio, spesso spesso corrono pericolo di vita, perche quelli che hãno fatto così lunga via, & in tãta fretta, mẽtre che si mettono affatto à riposare senza cauarsi sangue, ò far altra euacuatione, gli vien spesso, & con gran pericolo a vscir il sangue, ò per il ventre, ò per la bocca; dal qual pericolo si difendono facilmente se faranno vn poco d'essercitio ogni giorno, sin tanto che il sangue trauagliato per quell'essercitio s'acquieti pian piano, & non corra a far apostema in qualche parte del corpo. Quanto al viuere possono benissimo vsar cibi communi senza danno, & anco assai abondantemente, ma bisona bene lassar le cose salate, & vsar diligenza che il ventre habbia il suo corso ogni giorno. Et tale ha da esser la regola di quelli che vengono a Roma con animo anco di partirsi.

Ciò che deuono far quelli che vengono a Roma à le poste.

L'vtile che porta in questo caso vn poco d'essercitio.

Del viuer di quelli, che di continuo si fermano a Roma. Cap. XXIII.

QVELLI *poi che si fermano di continuo a Roma, & che nel viuer loro non hanno maggior obligo, di quel che commanda la Religione Christiana, se saranno grassi, & che per la grauezza del corpo non possano fare molto essercitio, talmente che sempre il cibo superi la fatica; perche la lor sanità non è sicura, hanno tutto l'anno da vsar cibi secchi, sin tanto che gli par che la lor corpolenza, & grassezza gli sia di peso. Questi anco sentiranno gran giouamento, se spesso la mattina inanzi pranso si sforzeranno di salire il Monte Auentino, doue è hora S. Sabina, ouero il Ianiculo, doue è hora S. Pietro Montorio, ò qualch'altro di quelli Monti, che sono intorno a Roma: perciò che questa sorte d'essercitio tiene il fiato molto sospeso, & mentre che la natura si sforza d'alzar la gran mole del corpo, come intenta più a l'espulsione, che a l'attrattione, resta di dar nutrimento al corpo, & da questo poi ne seguita, che l'huomo si fa più estenuato: onde quelli che habitano li monti, sono più magri che grassi. Gli è anco di gran giouamento far essercitio, & sudare in fretta, & non a poco a poco. Et se per l'essercitio fatto, ò per qualche altra causa, fussero assaliti dal sonno inanzi pasto, il dormir alquanto, per ordinario, non gli può nuocere, pur che non ne seguiti qualche gran debilità, nè nissuno altro male d'importanza; perche da questi s'essicca naturalmente il corpo, oltra di ciò si deuono pian piano assuefare a beuere manco che possono, & acciò che si consumi più facilmente l'humore soprabondante, mescolar il vino con le acque acide, delle quali hauemo ragionato di sopra; ciò è l'Inuernata si seruiranno di quella, che è passato S. Paolo; l'Estate poi di quelle c'hanno manco dell'acido. Et non deuono mangiar cosa alcuna in quel giorno, nel quale ò per arte, ò per natura, non haueranno hauuto beneficio del ventre. Non mangiaranno mai cascio, nè cibi fatti di farina, ò di latte; nè pesci, nè simili altri cibi molto humidi, & più presto si deuono nutrire di cose salate, purche non ci sia altro incontrario. Li suoi cibi hanno da esser pane fatto di farina intera passata, & cose grasse, perche questi cibi leuano l'appetito, & danno poco nutrimento. Non bisogna mangiar frutti d'alcuna sorte, eccetto quelli che lubricano il ventre; & sempre partirsi da tauola*

Come li grassi che non possono far essercitio, deuono vsar cibi secchi.

L'effetto dell'essercitio che si fa salendo li monti, massime a i grassi.

Onde nasce che quelli che habitano li monti sono più magri, che grassi.

Come questi deuono sudare, & far essercitio in fretta.

Come questi deuono beuere il vino con l'acque acide.

Quando nõ si deue mangiare cosa alcuna in qualche giorno.

Nota che le cose grasse giouano a grassi per imagrirli.

uola con appetito. Ne deuono empirsi troppo ne di cibi, nè di beuanda, perche mentre il ventriculo si troua pieno della grand'abondanza del cibo, il succo più sottile che nasce da quel cibo, quando è cacciato alle vene, & tirato dalli membri, tutto'l corpo s'empie più di quel che li fa di bisogno. Hanno anco da lassar li bagni d'acqua dolce, perche li membri, & le carni tirano a sè l'humidità tanto nelle parti profonde, quanto in quelle di fuori (come dice Hipp.) bisogna anco che auuertischino di non star al sole di mezo giorno, & deuono dormire ne' letti duri, più presto che ne' molli. Ma se saranno d'habito mediocre, ò magri; se il loro essercitio sarà di sedere, & di star a riposo, habbino buona cura che'l corpo sia lubrico, perche altrimente s'accumula gran indigestione nel ventre, dalla quale ne possono nascere tutti quelli danni, che hauemo detto, & anco altri peggiori. Questi anco sentiranno vtile per il loro essercitio se si fermeranno ne' luoghi scoperti, & aperti, liquali però non siano percossi nè dal sole, nè dal vento, nè dal freddo; perciò che l'aria che d'ogn'intorno li circonda, & che di continuo, ò manifestamente, ò almeno ascosamente si muoue, passando spesso intorno intorno, purga & netta le parti esteriori del corpo. Et di più entrando senz'alcuno impedimento nel petto, & nel capo, con il suo frequente entrare, & vscire purga, & netta tutti quelli membri nel modo che fa l'acqua che corre, la quale con il suo moto laua tutte le sporchezze che si trouano nelli panni lini, che in essa si mettono. Cosa che si conosce manifestamente esser vera con l'essempio delli arbori, perche se vno d'essi sarà piantato in luogo chiuso da muri, & l'altro in terreno libero, & aperto, questo si vedrà sempre verde & fecondo, & quell'altro secco, & scolorito. Il medesimo accade a quelli che stanno di continuo in barca, liquali ancorche stiano sempre a sedere, & in otio, hanno perpetuamente appetito, & sono grassi & robusti. Ma se non haueranno la commodità di star in simil luogo, deuono almeno vsar diligenza d'habitar in luoghi chiari, per liquali possa d'ogni banda liberamente passar il vento, & doue anco possi entrar il sole, & massime l'Inuernata; percioche si come per il vento, & per il sole l'aere vecchio, & grosso di quel luogo si rinoua, s'assottiglia, & si purifica; così accade all'huomo, il qual, se ben sta iui a riposo, nondimeno con l'aiuto di queste due cose, che di continuo si rinouano, si purga, & si fa più netto. Ma se non si potrà hauere nè l'vno nè l'altro (essendo pur ogni vno nella sua professione sforzato a dar al suo corpo le necessarie commodità) deue la mattina quando sarà leuato, pur che habbia dormito il suo douere, & che

Per qual causa q̃sti nõ deuono empir troppo il ventriculo.

Per qual causa deuono lassar i bagni d'acqua dolce.

Come deuono dormir ne i letti duri, & non star al sole di mezo giorno.

Quando s'ha da stare allo scoperto.

Come l'aria purga le parte esteriori del corpo.

Come l'aria purga anco li mẽbri interiori.

Nota l'essempio delli arbori in questo proposito.

Nota il buon stato di quelli che stanno continuamente in barca.

Come quelli che non possono star in simil luogo, deuono almeno star in luoghi chiari, & per qual causa.

Ciò che deue far colui che nõ può hauere nell'vna nell'altra commodità.

non si senta stracco, & si sia leuato allegro, prima che pransi, par-

Non deue alcuno dopò fatto essercitio pigliar cibo sin che la respiratione non è ritornata al suo termine naturale.

tendosi dal luogo, doue è stato a seder vn pezzo, andar in vno aperto, & iui presto, & in poco tempo far quell'essercitio, che potrà; poi nel tornar a casa s'ha da fermar tanto, che la respiratione sua torni al suo solito, & poi mangiare.

Quelli il cui essercitio è d'andar in volta per la Città, se saranno in sua libertà, deuono sempre inanzi che mangino, passar il tempo nell'essercitio del corpo, il cui fine spesse volte è il sudore, ò almeno stanchezza, laquale sia tale che non arriui alla fiacchezza. Et se da questo essercitio non ne seguita l'allegrezza dell'animo, & miglior colore in volto, spesso è di poco vtile; ma se ne seguita tristezza, & pallidezza è sempre di danno. Quelli poi che stanno al seruitio d'altri, deuono inanzi pasto far maggior, & più veloce essercitio, ma dopò il cibo mouersi poco, & lentamente. Finalmente quelli che fanno grand'essercitio deuono nutrirsi di più solidi cibi, & in maggior quantità; & per il contrario quelli, che poco s'essercitano, deuono mangiar manco, & cibi più leggieri; il sonno suo deue esser più di notte che di giorno. Ma se la mattina saranno sforzati a leuarsi inanti al suo tempo, potranno di nuouo mettersi a dormire, pur che non sentino fame. Et se la notte non haueranno dormito, di giorno parimente potranno dormire alquanto, & questo faranno inanzi il cibo, se la fame non gli darà molestia. Ma se anco haueranno fame, potranno differir il dormire sin che haueranno pigliato il cibo, il qual poi non ha da esser nè troppo delicato, nè in gran copia, ma simplice & scarso, perche il mangiar abondante offende grauemente la testa, come anco fa la crapola; & con quel cibo deue beuer più presto acqua che vino, perche il vino empie troppo la testa, & massime nel sonno. Ma se alcuno non potrà beuer acqua, perche gli sia di danno, sarà meglio a beuer ogni altro liquore, come saria vn brodo acquoso, ò qualche cosa simile, che beuer vino nè puro, nè adacquato.

Come il fine de l'essercitio, e il sudore, ò la stracchezza.

Quando l'essercitio è d'vtile, & quãdo è di dãno.

Ciò che hanno a far quelli che stanno al seruitio d'altri.

Ciò che deuono mangiar quelli che fanno poco, & molto essercitio.

Quãdo di giorno si può dormire.

Quando il cibo ha da esser semplice, & scarso.

Quando si ha da beuer più presto acqua che vino.

Quando l'huomo non può beuer acqua.

Di quelli che attendono alla gola, & che stanno in otio. Cap. XXIIII.

QVELLI *poi che per la maggior parte del tempo attendono alla gola, & che stanno in continuo otio, hanno bisogno d'esser auuertiti che quelli tali quasi sempre empiono troppo il lor corpo, & che la troppa*

troppa pienezza è poi causa di pigritia, perche il corpo pieno non desidera mai di mouersi, ma più presto di star di continuo in riposo, & poi perche la pigritia leua il vigor al corpo, & fa l'huomo diuentar vecchio inanzi al tempo. Se questi tali non vorranno, ò non potranno cessar da questa vsanza di mangiar tanto, acciò che in vn tratto non siano soffocati da cosi frequente pienezza, gli conuerrà almeno hauer perpetuamente il corpo lubrico, talmente che l'euacuatione sia molto ben proportionata alla quantità grande delli cibi presi. Ma se questo non bastarà, sarà necessario la Primauera, & l'Autunno cauargli dalla vena del fegato once sei in circa di sangue, & massime se le vene saranno gonfie. Et se alle volte accade, che per hauer la sera inanzi mangiato troppo a cena, la mattina abhorriscano il mangiare, & il beuere, & si sentano ancora pieni (ilche spesso accade a questi tali, ò perche non hanno mai fame, ò perche non sentono quella satietà) non deuono ne pransare, ne pigliar cosa alcuna sin tanto che non sia partita quella satietà, & che sia ritornata la fame. Nè in questo caso s'hà da osseruare altra consuetudine, perche la natura in quel tempo non richiede cibo alcuno, anzi abhorrisce ogni cosa; ma è da osseruare, quando già ò la fame è ritornata, ò che la natura istessa richiede qualche nutrimento, talmente che se vna, ò due di queste cose, ò tutte due insieme vi saranno, & che l'huomo non pigli qualche ristoro, all'hora ne sentirà gran nocumento, come se vno all'hora solita di pransar, hauerà fame, & non mangiarà cosa alcuna, subito s'attrista, si fa pigro, & pallido, & spesso anco non può cenare, & in somma sente molti altri dispiaceri, delli quali parla Hippocrate nel secondo delli Acuti; per il contrario poi se, per hauer mangiato assai la sera inanzi, la mattina si sentirà pieno, & satollo, & ch'al tutto sia senz'appetito, se lassarà di pransare, & aspettarà la fame, andarà d'ogn'hora di bene in meglio, & la sera cenarà più allegramente, & in somma si liberarà affatto dal pericolo, che se gli minacciaua per la troppa pienezza.

La troppa pienezza è causa di pigritia.

A quali, & quando bisogna cauar sangue dalla vena.

Quando l'huomo non deue mangiar cosa alcuna la mattina.

Quando, & perche non li deue osseruare altra consuetudine.

Quando l'huomo deue pigliar il cibo.

L'vtil che nasce dal non mangiar in questo caso.

Ma se questo tale sentirà dolor di testa, ò farà li rotti puzzolenti, & che fra poco gli sopragiunga vna copiosa euacuatione di ventre (ilche spesso accade a quelli che fanno simili rotti) perche facilmente anco gli sopragiunge la sete, causata dalla putredine, già generata nel ventriculo; sarà bene (ma per vna ragione contraria) a beuer qualche brodo, ò simile altra beuanda; percioche quella materia già corrotta nel ventriculo, la quale moue il ventre, & con li suoi caldi vapori percuote la testa, & gli causa il dolore, con la mistura di quella beuanda, prima si

Quando si ha a beuere del brodo.

L'vtil che nasce dal beuer brodo.

contempera, & poi come vinta dalla natura resta di far quelli cattiui effetti; onde la sete si allenta, & poi anco cessa di percuoter la testa con quelli colpi; nè manco con le solite ponture pronoca più il corpo all'espulsione. Et si come prima per la gran corruttione non permetteua, che il corpo si nutrisse, così dipoi hauendo in gran parte perduto la sua forza, & fatta quasi amica alla natura, permette che il corpo si nutrisca secondo il suo solito.

Nota il dãno che gionta il vino.

Nè in questo luogo posso mancar di dire, che mentre che alcuni per la gran paura che hanno della debilità, non vogliono beuer brodo, nè simile altra cosa, ma solamente vino, non s'auuedono che poco dapoi sentono maggior lesione, come per esperienza si conosce. Percioche si come il vino indura, & fa sode le carni molli, & molt'altre cose, così beuuto, ritrouando gli humori putridi, & corrotti nello stomaco, iui più li ferma, & li fa più grossi.

Delli ambitiosi buoni, & cattiui. Cap. xxV.

Nota come il vino puro è buono per li trauagli dell'animo.

QVELLI che sono a questo modo trauagliati d'animo, quando i fastidij gli crescono, il migliore, & più commune rimedio è il beuer il vino puro (pur che però non abhorriscano il vino) si come di sopra hauemo insegnato, parlando della stracchezza dell'animo. Ma perche tutti questi trauagli, delli quali hora parliamo, si drizzano all'ambitione, & l'ambitione è vn desiderio che l'huomo ha d'acquistar quello che non ha. Et questa secondo Hesiodo è di due sorti, cioè Ἔρις, ἡ ἀγαθὴ, ἡ κακὴ; *cioè questo desiderio, ò è buono, ò ch'è degno d'esser biasmato, & pernitioso. Quelli adunque che sono trauagliati dalla secõda spetie d'ambitione, perche sono di pessima natura, et pieni d'inuidia, & d'odio, per le quali passioni tormẽtano se stessi ogni hora, & ogni giorno; l'officio del buon Medico è di lassarli da canto, mentre che vogliono perseuerare in questo suo vitio, & non farne mentione alcuna, & di permetter che siano tormentati di continuo da quelle due passioni, cioè dall'odio, & dall'inuidia; acciò che anco di continuo facciano la penitenza de' suoi peccati. Ma quelli che sono molestati dall'altra sorte d'ambitione; perche sono huomini da bene, meritano che con ogni studio, & diligenza ci affatichiamo di trouar il modo, & la via, per la quale viuano sani, & lungo tempo, acciò che con li lor continui, & honorati essempi possano parimente inuitar anco gli altri a quella impresa. Il più conue-*

Che cosa è ambitione.

L'ambitione è di due sorti.

Il medico non ha da tener cura delli ambitiosi della seconda specie.

Il medico deue hauer cura di quelli della prima specie, & la causa per che.

Il primo rimedio per quelli è il dormir bene.

niente

niente rimedio adunque per questi è; che si sforzino di notte di dormir bene, & far li sonni lunghi, & se ciò non gli riesce, star la maggior parte della notte a riposo con gli occhi chiusi; & nel resto hauer ricorso a quelli rimedij, che hauemo dato di sopra, per prouocar il sonno; poi che non si trouarà cosa migliore nè più vtile, che il sonno, per curar, & contemperare le passioni dell'animo. Perciò che si come il sole purifica l'aere grauato dalli fastidiosi vapori; così il sonno libera l'animo nostro da li continui pensieri, & trauagli, & lo mette in libertà, come se fosse prima legato, & appresso lo ristora, come che andasse d'ogn'hora mancando. Non sarà anco di poco giouamento ogni mattina inanzi che pransi, andar per ricreatione a far alquanto d'essercitio, & massime per luoghi liberi, & aperti, che gli vadino per la fantasia, & che siano ornati d'arbori verdi, & di acque; perche queste cose, si come dilettano gli occhi, così sono di piacer all'animo, star in conuersatione con gli amici, & con essi trattar, & ragionare, non di negotij d'importanza, ma di cose allegre, & di spasso; & mangiar spesse volte con li medesimi amici, nutrirsi sempre due volte il giorno, & più presto pigliar alquanto più di cibo, che di manco del douere; purche però il ventre sia lubrico, & mutar spesso luogo, purche da quella mutatione non ne seguiti nè fatica, nè stracchezza, nè manco tristezza. Sopra il tutto guardarsi di non mangiar troppo poco, anzi procurar che il corpo sia più presto, & più spesso pieno, che vacuo; & deue beuer alquanto licentiosamente, intrauenir alle volte nella Musica, & ne' balli. In somma bisogna procurar di non esser mai solo. Ma quelli che non possono conuersar con altri, nè far altro che speculare, come sono quasi tutti li religiosi, a questi non incresca d'hauer ogni giorno il ventre lubrico, secondo la quantità del cibo preso; & ciò faranno nel modo che hauemo insegnato nell'opera nostra di lubricar il ventre. Et in somma deuono sempre hauer in mente le cose che facciano l'animo allegro più presto, che tristo, & afflitto.

Ciò che ha da far vno quando non può dormire.

Nota l'essempio del sole incomparabile al sonno.
Il sonno libera l'animo, che prima era ligato dalli pẽsieri.
Nota l'vtile che si caua dall'essercitio fatto la mattina per luoghi ameni.

Lo star in conuersatione con gli amici, ragionando di cose allegre, & giar spesso con essi.
Nutrirsi due volte il giorno, & piu presto più, che meno del douere.
Mutar spesso loco tutte queste cose son vtili in questo caso.
Il beuer licentioso, il sentir Musica, & veder balli, & non star mai solo gioua in questo caso.
Ciò che deuono far quelli che non possono conuersar con altri, come sono li religiosi.

Delle donne grauide. Cap. XXVI.

SE le donne, mentre che son grauide, ne i primi mesi saranno inclinate a vomitare, non si deue in conto alcuno impedir quel moto, ma lassarlo seguitare. Percioche non potendosi quell'humore, che per li mestrui prima s'euacuaua, consumar dal bambino, che anco è piccolo in quel tempo, & può dall'altro canto entrar per forza in qualche mem-

Non si deue impedire il vomito nelli primi mesi nelle donne grauide, & perche.

Onde nascono li mali che cascano alle donne nel parto, & inanti, al parto.

bro d'importanza, se sarà ritenuto. Onde poi ne nascono fastidi, dolori, & stenti nel parto istesso, & anco inanzi al parto. Per il contrario poi se si lassaranno vomitare, passaranno felicemente il tẽpo della grauidezza, & anco al tempo debito partoriranno facilmente, & senza dolore. Ma se spontaneamente non saranno inclinate a vomitare, & si sentiranno bene, con lassar questa impresa alla natura, il Medico non deue mouersi a far alcuna nouità, sopra di ciò, nè dar alle donne grauide alcuno trauaglio. Ma poi che, & queste, & quelle per esser soggette alle perturbationi dell'animo, & per andar dritte, come fa l'huomo (cosa che nõ accade alli animali bruti, li quali caminano chinati a canto a terra, & non sono mai trauagliati d'alcuna passione d'animo) più spesso, & più facilmente si sconciano da i loro parti; deue il medico vsar gran diligenza ne i primi mesi, & massime nel primo, & nel secondo, che la donna grauida non sia troppo molestata nell'animo, & nel corpo; tanto più perche a quel tempo li legami della creatura sono troppo molli, & facili da romperssi; & dall'altro canto la creatura è tanto debile, che non può resistere a queste cause. Tal che quanto manco virtù ha in quel tempo di mouersi, & di sentire, tanto più è pigra, & graue. Et per questo ogni minimo moto è bastante a romper quelle debili membrane, onde poi ne nasce che la donna si disperde. Ma molto più facilmente può accader questo nel primo mese, che nel secondo, & più nel secondo che nel terzo, perche nel terzo, si come si muoue più facilmente, così anco è più leggiero, & nel medesimo modo è nell'andar inanzi. Ma nel quarto, nel quinto, & nel settimo mese, nel quale particolarmente ogni cosa è fatta più ferma, & la creatura è già ben organizata di tutte le sue parti, & fatta assai più grãde, più gagliarda, & più leggiera (poi che non è ancor cresciuta tanto, che il suo corpo gli sia di peso, come si fa nel ottauo mese) può la donna mouersi, & far alquanto di leggiero essercitio, con intramissione però notabile. Ma nell'ottauo mese bisogna affatto ripossarsi, per esser all'hora il bambino assai pieno & graue, (come si dirà abbasso) & con pochissima fatica rompe le tuniche, che lo contengono. Ma poi quando sarà entrata nel nono mese, deurà ogni giorno far qualche poco d'essercitio, accioche la creatura s'incominci a preparare, & assuefarsi pian piano ad vscir del corpo della madre.

Quando la grauidezza, & il parto passano felicemẽte.

Quando il medico deue lassar fare alla natura.

Nota due cause potenti, & per le quali le donne si sconciano, che non accadono a i bruti.

Come li trauagli dell'animo si deuono fuggir nel primo, & secõdo mese.

Nota due altre cause, che fanno questo effetto.

Come la dõna nel principio della grauidanza è pigra, & graue, & il danno che ne seguita.

Nota in qual mese è più pericolosa.

Quando il bambino è più leggiero.

In qual tempo il bambino è più fermo, & per qual causa.

Quando la donna può far alquanto d'essercitio, & in qual modo lo deue fare.

Come nel ottauo mese bisogna lassar l'essercitio, & per qual causa.

Come nel nono mese deue ogni giorno far essercitio, & per qual causa.

Occorre poi che le donne si sconciano più spesso nell'ottauo mese, che d'altro tempo, eccetto il primo, & anco passato il detto mese per 10. giorni ò poco più, non perche Saturno domini a questo, & al primo mese, perche con tal ragione dominaria alla vita, & alla morte d'vn'istessa cosa:

Nota il discorso per qual causa la dõna si sconci nel l'ottauo mese.

Come la causa di saturno non è buona.

Nè

Nè perche sia de i mesi pari, perche anco nel decimo mese, che pur è pari al par de gli altri, la donna parimente si sconciaria; il che però non suol accader mai. La donna adunque si sconciarà forse a questa maniera, perche nel settimo mese il bambino è magrissimo, & estenuatissimo, come si vede chiaramente in quelli, che nascono in tal tempo; oltra di questo se ben è compito di tutti li suoi membri necessarij, tra le sue fibre però, nerui, & altri membri restano certe cauità, che hanno bisogno d'esser empite. Vi aggiungo anco, che ogni corpo viuente poi che è creato, cerca, & desidera di tirar a se quanto più presto, & maggior copia di nutrimento che può, acciò che quanto prima possa acquistar il suo augumento, & la sua perfettione. Di più occorre alle volte che non può tirar tanto quanto desidera, ò perche gli manca il nutrimento, ò se pur non manca, non lo può capire, nè tener, per la sua piccolezza, ma quando non è impedito da causa alcuna, all'hora tira in grand'abbondanza, & in maggior fretta. Tal che il bambino humano vscendo dal settimo mese, & entrando nell'ottauo s'empie tutto quanto più può, & in poco tempo, come fa vno che habbia lo stomaco grande, & molta fame, offertoli il cibo in abbondanza, s'empie tanto che è troppo: tal che per quella pienezza, & per la grauità che nasce da tanta repletione, diuien inutile al moto, & al senso, & colcato dorme di continuo, sin tanto che quel cibo è ben cotto; cosi fa il bambino nel ventre della madre (come habbiam prouato nel libro primo del morbo gallico) ilqual trouando apparecchiata gran copia di nutrimento, lo tira a se con maggior auidità, che mai habbia fatto, & s'empie fuor di modo, come si vede chiaramente per esperienza; perche se per sorte nasce passato il settimo, ò nono giorno dell'ottauo mese, è molto pieno, & gonfio; talche trouandosi aggrauato da si gran quantità di nutrimento, si ferma dentro delle membrane che lo circondano, come dormentato, & quasi immobile, & ha bisogno di tempo, & di spatio, acciò che il nutrimento, c'ha preso, si possa cuocer, & maturare, il che, nel ventre della madre, si suol far nel spatio di trenta giorni, come alcuni pensano, & in quello che ha mangiato troppo, si fa nel spatio di cinque, ò di sette hore. Et finalmente si come costui, se per sorte sarà percosso, ò trauagliato fuor di modo, ò stranamente caschi, sente assai maggior dolore, & passione che non faria, non trouandosi hauer mangiato tanto, & oppresso dal sonno. Cosi fa il bambino, se per sorte nell'ottauo mese intrauiene qualche sinistro alla madre, laquale in questo tempo è sempre alquanto più debile, come abbasso si dirà, per il qual caschi an-

Come la purità de mesi non è buona causa.

Nota la vera causa per la qual la donna si sconcia più nell'ottauo mese, che d'altro tempo.

Come nel settimo mese il bambino, è magrissimo, & come ciò si vede, & come all'hora è compito.

Vedi il Sauonarola nel lib. 2. de bagni fol. 39. col. 2. & 3. ciò che dice di Saturno.

Come all'hora nel corpo suo restano certe cauità, che hanno bisogno di esser empite.

Come ogni corpo cerca la sua perfettione.

Per qual causa il bambino nõ può tirar quanto desidera.

Quãdo tira in fretta, & in abondanza.

Come il bambino nell'ottauo mese s'empie fuor di modo.

Nota l'essempio di colui, che mangia troppo.

Come si proui, che nell'ottauo mese il bambino tiri molto nutrimento.

Come per questo il bambino resta immobile.

Come il nutrimẽto del bambino si cuoce in 30. giorni.

Come il cibo di quel che ha mangiato troppo si cuoce in 5. o 7. hore.

Come il bambino per ogni minimo accidente che accada alla madre rompe le membrane, & esce in luce inanzi al tempo.

co qualche notabil trauaglio al figliuolo, che ha nel ventre, cascando con maggior rouina rompe le membrane, & esce fuori. Et a questo modo la donna si sconcia, & si fa l'aborto, & tanto più, perche essendo interrotto il tempo, & lo spatio, nel qual si douena maturare tanta copia di nutrimento, è necessario che si corrompa, & che ne segua qualche pericolo, ò ad ambidui, ò almeno ad vno d'essi, come accade alli frutti quando son colti inanzi che siano maturi, li quali ben presto s'infracidiscono, & poi subito si corrompono. Et questa è la causa perche le donne grauide nell'ottauo mese si sentono quasi sempre più deboli, che li mesi inanzi, & hanno maggior molestia, che prima, per la creatura c'hanno nel corpo, & le loro mammelle, doue prima erano ben gonfie, si fanno estenuate, & cascano; & per il contrario nel nono mese si fanno più gagliarde, le mammelle di nuouo si li gonfiano, sono più forti, & facili a comportar la grauidezza, & anco molto più facilmente partoriscono. Et per questo alle volte il parto si differisce sin al 10. ò 11. mese. E' ben vero che nel settimo mese, (come hauemo detto) subito che il bambino è compito, non attende ad altro, che adempirsi tanto, quanto possono naturalmente capire, & estendersi le sue toniche. Et quando è poi giunto a questo termine, essendo già per il nutrimento tirato dal corpo della matre, li suoi mẽbri ingranditi, & amplificati a quella mole, & quantità, che possono arriuare; tirano a se molto manco nutrimento di quel che soleuano prima. Et in questo s'assomigliano assai alli capponi, li quali mangiano assai manco, poiche son fatti ben grassi, che prima non faceuano. Et questo accade in Europa ò poco prima, ò poco dopò del nono mese. Onde si può conoscere che non è marauiglia se nell'ottauo mese le donne per ogni minima occasione facilmente si sconciano, hauendo prima il bambino tirato a se troppo nutrimento dalla matre, la quale perciò s'è fatta più debole, & sente più facilmente quella molestia, & il bambino è fatto più debole per il gran peso del nutrimento preso, & le mãmelle se gli smagriscono. Nel nono mese poi perche il bambino è fatto alquanto più compito, quanto manco nutrimento tira, tanto più ne lassa alla matre, la quale n'hà molto di bisogno, & si come di continuo d'esso si nutrisce, così anco pian piano si và corroborando, & facendosi più gagliarda, & per questo più facilmente porta il peso della grauidezza, & alle volte ancora lo porta più lungo tempo; perciò che quando non manca il nutrimento accommodato, spesso occorre che il parto si differisce sin' al decimo, & vndecimo mese; ma quando n'è alquanto di penuria, ben presto s'affretta il parto.

Nota l'essempio de i frutti quando cascano inanzi al tempo.

Come nel nono mese le donne si fanno più gagliarde.

Come alle volte il parto tarda fin al 10. o 11. mese.

Cio che faccia il bambino nel settimo mese poiche è compito.

Che li mẽbri fatti grãdi tirano mãco di quel che prima soleuano.

Nota l'essempio delli capponi.

Come ciò accade in Europa il nono mese.

Per qual causa le donne si sconcino nel ottauo mese.

Come nel nono mese il bambino tira manco nutrimento, & il resto lassa alla madre, che ne ha di bisogno.

Quando, & perche il parto si itende olita il nono mese.

Quando, & perche il parto si affretti.

Per

Per queste cause le donne grauide son più deboli nell'ottauo mese, & le lor mammelle son quasi sempre estenuate, & facilmente anco si sconciano. Per il contrario nel nono si fanno più robuste, & più pronte all'essercitio, & hanno le mãmelle più grosse, se ben poi per altra ragione cascano, & s'estenuano così in quelle, come in queste, tanto se il parto è a tempo, quanto s'è fuori di tempo. Perciò che quando la natura si sforza di cacciar fuori il figliolino che ha nel ventre, ancora in quel medesimo tempo procura di cacciar fuori tutto quello che può. Onde accade che correndo a gran furia quasi tutti gli humori al basso, le mammelle ancor si vedono in quel tempo non gonfie, ma estenuate. Et così hauemo dichiarato come si deuono gouernare le donne grauide, & per qual causa si sconciano nell'ottauo mese.

Per qual causa le grauide sono più deboli nel ottauo mese, che nel nono.

Et perche più facilmente si sconciano. Et si fanno più robuste nel nono.

Per qual causa le mamelle si fanno magre nel nono mese.

Delle donne maritate, & de' lor molti figliuoli. Cap. XXVII.

MA le donne maritate in questa Città si ritrouano più spesso grauide, che in molti altri luoghi, perciò che si come questo paese è fertile, & le femine de gli animali bruti fanno figliuoli assai, per quella medesima ragione anco le donne sono feconde, parlo però di quelle che non conuersano se non con li loro mariti, & non con infiniti, come fanno le meretrici, le quali per vsar così spesso il coito, & per lo troppo frequente mouimẽto delle parti genitali, se gli indura talmente il collo della matrice, che quasi si fa come callo; talmente che sempre stà aperto. Et per questo è necessario che lo spirito del seme genitale dell'huomo, riceuuto dentro della matrice, torni subito fuori per il medesimo collo della matrice, & che in tutto si suanisca. Et questa è la potẽtissima causa, per la quale le meretrici non fanno figliuoli; ma se pur alcune ne fanno, queste ò non conuersano così spesso con gli huomini, ò che nell'atto del coito non s'agitano, & non si trauagliano tanto. Ma torniamo al proposito nostro. Sono adunque le donne maritate più feconde in questa Città (come hauemo detto) perche Roma è luogo humido, & il più delle volte tepido, con ogni commodità, & abbondanza d'ogni sorte di nutrimento. Et di più questa Città è molto simile alla Primauera, nella quale li luoghi seminati fruttificano meglio, & le femine più facilmente s'ingrauidano, come che l'abbondanza, & commodità delli cibi inuita gli animali a mangiare, ancorche non habbino appetito. Onde è necessario, che

Per, qual causa le donne maritate sono grauide più spesso in Roma, che i altri luoghi.

Per qual causa le meretrici nõ s'ingrauidano spesso, come le donne honeste.

Quali sono le meretrici che fanno figliuoli.

Come Roma è simile alla Primauera.

Come nella Primauera si genera grã copia di seme.

che si generi gran copia di seme, poi che il seme è la superfluità dell'alimento; venendole poi la commodità del coito, facilmente anco si fanno grauide; cosa che non accade tanto ne gli altri luoghi; perche altroue, ò che non hanno tanta copia di così buon nutrimento, ò che viuono in maggior trauagli, che non si fa in Roma. Da questo anco subito si conosce la causa perche a Roma sia tanta abbondanza di putti, & di putte; & per questo bisogna vsar gran diligenza, acciò che questi non caschino in qualche infirmità, nelle quali sono molto inclinati, & sopra tutto, se gli sarà messa qualche gran paura, dalla quale patiscono assai, perche essendo deboli, temono per ogni poca cosa. Et per questo anco si liquefanno facilmente, essendo la loro sostanza, & carne tanto tenera, & molle, che con poca fatica si risoluono. Et questo si conosce facilmente, perche quando se gli mette paura, ancorche sia piccola, subito se gli moue il ventre, ò l'orina, ò l'vn & l'altro insieme, benche contra la sua voluntà, & di poi li sopragiungono dolori di giunture, ò di orecchie, ò di qualche altra parte; & qualche volta anco cascano in febbre con qualche pericolo di vita, come spesse volte hauemo prouato. Et però non si deue permettere, che questi tali si fermino molto al sole, nè che facciano troppo essercitio, poi che per tale occasione più facilmente si risoluono, si liquefanno, & s'intabidiscono. Se anco accaderà che alle volte mangino assai, hanno del tutto a lassar il vino, & se mangieranno poco, lo beueranno molto adacquato. Et aduertiranno quando il ventre sarà lubrico, di beuer poco; ma quando sarà stittico, potranno beuer alquanto più. Oltra di questo se gli deue dar libertà di dormire, & mangiar quanto vogliono, purche non sentano manifestamente danno alcuno, perche il notabile augumento, del qual hanno bisogno, richiede gran nutrimento, & gran sonno. Hanno da lassar affatto tutte le specie, & il petroselino, perche quelle scaldano troppo, & liquefanno il corpo; questo prouoca il dolor di testa, & l'epilepsia, alla quale son molto inclinati. Et la medesima vita deuono far le lor balie; perciò che si come il nutrimento altera notabilmente li grandi d'età; così molto più la balia con il suo latte muta la natura del bambino, cosa che si conosce manifestamente quando piglia latte di varia sorte. Oltra di questo deue ogni fanciullo di quell'età esser nutrito più presto dalla madre, che da qual si voglia altra donna. Perciò che si come le caualle non riceuono tutti gli asini nell'atto del coito, ancorche l'asine non rifiutino alcuno cauallo, ma solamente quelli che hanno succhiato il latte di caualla, & questa è autorità di Aristotile nel sesto

Perche altroue nõ le segue tanto tal effetto.

Per qual causa a Roma son tanti putti & putte.

Come a i putti nõ si deue meter grã paura.

L'effetto che segue a i putti per la gran paura.

Come li putti nõ deuono star al sole, ne far molto essercitio.

Che mãgiando assai deuono beuer acqua.

Li putti deuono dormire, & mangiar quãto vogliono.

Perche deuono lassar le specie, & il petroselino.

Perche le balie deuono viuere come fanno li putti che lattano.

Deuono li putti esser nutriti dalle lor matti, & perche.

Nota l'historia delle caualle, & delli asini.

del-

dell'historia delli animali al cap. 23. così il fanciullo nutrito da vna donna straniera, spesse volte ritiene in se li costumi, & la natura sua. Onde si causa, che se ad alcuno nascerà qualche figliolo da vna meretrice, & mala donna, & massime se sarà femina, non si deue permetter che sia alleuato dalla matre, ma da qualch'altra donna honesta, & da bene. In somma li putti, mentre che sono in tenerina età, si deuono alleuar con lusinghe, & concederli molte cose, & insieme anco auuezzarli all'hauer vergogna, più presto che fargli fare cosa alcuna per paura.

Li putti si deuono alleuar con lusinghe, & concederli molte cose, & auuezzarli ad hauer vergogna.

Li vecchi poi così maschi, come femine, perche il più delle volte hanno il ventre stittico (come dice Hippocrate) & hanno il calore debile, deuono nutrirsi più presto di cibi liquidi, che di sodi, & secchi, perche li cibi di tal sorte si cuociono, & si distribuiscono facilmente, & tengono il ventre molle; le quali cose tutte sono molto necessarie alli vecchi. Oltra di questo deuono seguitar in tutto le sue vsanze, eccetto però quelle che possono portar gran nocumento, come saria l'vsar troppo spesso il coito, il crapolare, & il beuer gran quantità di vino puro. Et queste tre cose si deuono del tutto lassare, perciò che non potendosi vsar il coito senza gittar il seme, & il seme è la soprabondanza dell'vltimo, & miglior nutrimento dell'animale, la quale in vn vecchio, ò è mancata, ò che tuttauia è per mancare; quanto più spesso si fa, tanto più presto affretta la morte, perche leua il buon nutrimento alli membri, li quali cercano di trattenerlo per se, per hauerne più che mai di bisogno. L'embriachezza poi, & la crapola prouocano spesso nei vecchi, ò la morte subitanea, ouero vna molestissima Epilepsia, ò vna longa paralisia. Et queste cose seguitano, perche, non essendo riceuuto il mangiare, & il beuere in tanta copia dalli membri, che son fatti più angusti, & stretti, che prima non erano (come si conosce manifestamente dalle rughe, & crespe che vengono a i vecchi) danno notabil disturbo al calore naturale. Et occorrendo quasi ogni giorno il medesimo effetto, perche l'huomo piglia ordinariamente ogni giorno il suo solito cibo, ne seguita, che tanta copia di cibo, & di beuanda, trouando la virtù già debile per la vecchiezza, la fa anche ben presto diuentar più debile, & all'vltimo del tutto l'estingue.

Perche li vecchi deuono pigliar cibi humidi, & liquidi.

Quãdo deuono li vecchi seguitar le vsanze, & quando non.

Il danno che porta alli vecchi l'ẽbriachezza, il coito, & la crapola.

La causa perche seguiti questo danno.

Nota che li meati ne i vecchi si fanno stretti.

Come la virtù debile si fa più debile.

Quanto poi spetta alle regole pertinenti a questo negotio, che deuono osseruar li giouani, & gli huomini di meza età insieme con

le donne, che non hanno marito, si comprendono tutte in quelle, che poco fa da me son state dichiarate, eccettuando però li putti, & li vecchi.

Et a questo modo hauemo trattato, come si deuono gouernar quelli che habitano a Roma, per difendersi dall'infirmità, considerando sempre la qualità, l'habito, l'instituto, la conditione, li costumi, & l'età di tutti.

Della Quadragesima, & della Primauera. Cap. XXVIII.

SEGVITA *che parliamo della regola del viuere, che si deue tener a Roma, acciò che le persone si mantenghino sane. Et prima trattaremo della Quadragesima. Et benche habiamo dichiarato, & aduertito ogni uno, che a Roma si deue mangiar molto più, che nelli altri luoghi, perche li cibi quà danno poco nutrimento in gran mole; nondimeno non solo non si deue osseruar questa regola nella Quadragesima, ma più presto si deue far tutto l'opposito; perciò che se il tempo di questo digiuno si osserua, come si deue, gli huomini s'estenuano assai per il mangiar cose di poco nutrimento, & in poca quantità. Et tal legge s'è instituita la Primauera, nel qual tempo li corpi per essersi empiti all'innernata, hanno bisogno d'esser euacuati, per questo tanto più si deue osseruar questa legge, quanto manco nutrimento danno li cibi, che sogliono esser in uso in quel tempo. Et cosi li corpi humani si purgano pian piano senza alcuna lesione, li quali se sono euacuati per via di medicamento, si mettono spesso in tal pericolo, ch'a fatica schifano la morte.*

Per qual causa si deue mangiar poco la Quaresima.

Perche causa la Quaresima è instituita la Primauera.

In qual modo si purgano li corpi pian piano.

Delli quattro tempori dell'anno. Cap. XXIX.

IN *questi quattro tempori si deue osseruar la medesima regola che hauemo detto, che si osserui nella Quaresima, perche questi quattro digiuni si mutano in varij tempi, & la varietà de' tempi produce infirmità (come dice Hippocrate) Per questo è cosa molto utile in tutti*

questi

questi quattro tempi, li quali occorrono quattrouolte l'anno, con osseruar intieramente questa legge, viuer molto sobriamente, & parcamente, acciò che, se per sorte sopragiungerà qualche mala mutatione, trouandosi li corpi più vacui del solito, sentano anco manco lesione. Oltra di ciò in questi tempi, nè nella Quaresima non bisogna far molto essercitio; perciò che quanto manco sostanza da il cibo che si prende, tanto manco fatica s'ha da dar al corpo. Nella Primauera adunque, & in quelle stagioni dell'anno chiamate quattro tempi, si come la religione ha ordinato che il Christiano viua sobriamente, & parcamente; cosi noi obedendo a questa santa legge, douemo beuer, & mangiar alquanto più parcamente di quel che comporta la natura de i cibi che all'hora si mangiano, acciò che nella Quaresima si possano pian piano euacuare le superfluità, che si sono accumulate all'Inuernata, & ne i quattro tempi, gli huomini come purgati, possano difendersi dalla mutatione del tempo che ha da venire.

Ne i quattro tẽpi si deue viuer sobriamente.

Per qual causa in questo tempo nõ si deue far molto essercitio.

A qual fine la Quaresima si deue mangiar poco.

Del viuer moderato de gli altri tempi, ch'è in vso a Roma. Cap. x x X.

NE gli altri tempi poi, se l'huomo si cibarà alquanto più copiosamente in Roma, che non si suol far altroue, non nè sentirà quasi mai danno, & spesso se ne trouerà vtile, si perche questi cibi nutriscono poco in gran quantità, come hauemo detto, si perche, se alcuno s'ammala per hauer mangiato alquanto più del douere, con leuar quello ch'è superfluo, presto si prouede al male; ma quando il male vien per difetto di qualche cosa, non si ha forza, ne vigore di tolerarlo. Ma sopra il tutto bisogna vsar ne i cibi molto parcamente pesci, salumi, & spetie, quelli, perche con la lor grand'humidità, & frigidità generano gran copia di pituita, empiono il capo, & mouono catarri; questi poi, perche liquefanno, & estenuano in poco tempo li corpi humani più molli quà, che nelli altri luoghi, per la natura delli alimenti che sono in vso a Roma.

Come d'altri tẽpi si deue mangiar più copiosamẽte in Roma, & la causa perche.

Come si deuono mangiar pesci, salumi, & specie parcamẽte, & perche.

Passata la Pasqua deue ogni vno vsar diligenza (volendo mangiar carne d'agnello) per hauer delli più grandi. Et perche hanno in se molta humidità, li arrostiti sono migliori, che li bolliti. Et se pure

Li agnelli che si mangiano dopo Pasqua deuono esser grandi, & arrostiti.

Gli agnelli bolliti come s' hanno a cuocere.

alcuno ne vorrà de' cotti a lesso, si faranno bollire con la giunta di quelle cose, che essiccano, come son le carni salate, ò menta, maiorana, petroselino, & simili altr' herbe; li arrostiti si potranno condir con il rosmarino, che tanto piace in questi cibi.

Et ben che parerà forse à qualcuno fuor di proposito trattar hora di questa materia, la qual douena esser scritta nelli altri libri passati; nondimeno essendo seguito questo errore, più per negligenza del stampatore, che per nostra; hauemo giudicato esser manco male dir quà quello, che bisognaua dir altroue, più presto che non parlare di questa materia in tutta l'opera.

Nota in questo loco le molte virtù, che sono nel rosmarino.

Il rosmarino adunque chiamato da alcuni herba coronaria, secondo Galeno, attenua, taglia, netta, scalda, risolue la ventosità, gioua a quelli, che hanno il mal caduco, & la paralisia, apre le oppilationi del fegato, & della milza, risana il trabocco del fiele, conforta la vista, prouoca l'orina, & li mestrui, prouede al flusso de' mestrui bianchi, stringe il flusso di ventre, fa che la bocca rende buon odore, quando è alquanto voltato per bocca: è molto vtile per condimento delli cibi, come sono li ceci, & le carni tanto a rosto, quanto a lesso; raffrena il vomito della flemma; con questo, & con farina fermentata si fà pane l'Inuernata che conforta lo stomaco freddo, & humido. Di questa medesima virtù è anco il fiore. Ma è tempo di tornar al nostro proposito.

A quali persone cõuiene il cascio.

Il cascio non si deue mangiar se non da persone molto robuste & forti, & che fanno grand' essercitio, come sono alcuni facchini, & contadini, li quali ne possono mangiar in gran quantità, ma a tutti gli altri se ne deue dar poco.

La vaccina è meglior l'estate per il brodo, che per la carne.

L'Estate la carne vaccina è meglior più per il brodo, che per la istessa carne; & per questo bisogna mangiarne poca, ma l'Inuernata si può mangiar più sicuramente, perche li cibi sodi, & grossi si cuociono più facilmente.

Li cauoli sono di danno l'estate, & massime cotti due volte.

Li cauoli perche furno tanto lodati da Catone, per questo forse sono molto in vso anco all'Estate, con tutto questo però sono di qualche danno, & massime se saranno prima cotti nell' acqua simplice, come fanno quasi tutte le donne, & poi cotti di nuouo nel brodo con la carne; perciò che la parte che hanno, lubrica, si consuma ne l'acqua, & la parte che stringe, resta poi con essi. Però quando non saranno prima bolliti nell'acqua, & l'huomo in ogni modo ne vorrà

Come si deuono pigliar li cauoli.

pur

pur pigliare, deue beuer più del brodo; che mangiar l'herba, tanto più perche l'Estate si cuociono con difficultà, & scaldano più, & spesse volte anco accendono la febre.

Nota quando li frutti non portano danno.

Li frutti non sogliono mai portar danno, quando lubricano il ventre, pur che insieme si piglino altri cibi, che diano miglior nutrimento.

In qual modo si sente, & nō si sente danno per star alle vigne dui ò tre giorni.

Non si troua, che per star alle vigne l'Estate vno, dui, & anco più giorni, l'huomo patisca danno alcuno, purche si guardi dal sole, dall'austro, & dal freddo della sera.

Quando gioua il vino rinfrescato cō la neue, & quādo si deue beuere.

Oltra di questo quando fa gran caldo gioua più presto, che noce, rinfrescar il vino con la neue, ma però non bisogna beuerlo, sin tanto, che l'huomo non ha mangiato buona parte del cibo, che ha da mangiare.

Quando le castagne si possono māgiare.

Nell'Autunno, & per tutta l'Inuernata, quando il tempo è humido, le castagne sono manco nociue, perche asciugano; anzi qualche volta ancora sono vtili.

Quando si ha da lassar l'vua, la carne di porco, & il vino Romanesco

Ma per il contrario l'vua, la carne di porco, & il vino Romanesco nuouo, perche son troppo humidi, sono di poco vtile, eccetto però se la stagione del tempo sarà secca.

Li religiosi che si leuono al Matutino, & perche.

In somma li religiosi tutti, perche sogliono leuarsi al Mattutino, passata la meza notte, deuono cenar alquanto più sobriamente, acciò che più facilmente, & più presto possano cuocer il cibo, & accumular manco crudezza.

Li giouani si deuono far cauar sangue la Primauera, & l'Autūno & perche.

Li giouani poi dalli 18. anni sin alli 35. ò li interno (pur che non ci sia qualche impedimento) nella Primauera, & nell'Autonno si deuono far cauar sangue, con tale aduertimento, che la Primauera se ne caui alquanto più, che non bisogna cauarne nell'Autonno, che se questa regola sarà osseruata con diligenza, passaranno spesso la vita con sanità; altrimente molti in questo tempo cascaranno, ò in tosse fastidiosa, ò in asthma, ò in sputo di sangue, & finalmente si faranno tisici. Nel resto del tempo poi possono quasi esser sicuri d'esser sempre infermi.

Qual danno seguiti a quelli che nō osseruano questa regola.

Come quelli che quasi sempre sinutriscono di cibi di Quaresima deuono star in riposo, & far poco essercitio. Et quello che deuō far l'Estate. Quando l'Estate s'hanno da beuer vini potenti.

Quelli poi che per tutto l'anno, ò almeno nella maggior parte non viuono d'altro che di cibi quadragesimali, deuono star il più del tempo a riposo, & far poco essercitio: l'Estate lassar tutti li salumi, & beuer vini potenti, purche però il lor capo non ne venga a patire. Et si come l'Estate conuiene metterci dell'acqua assai, così l'Inuernata se gli n'ha da metter manco.

Quelli

Quelli che mãgiano altro che carne deuono far esserciotio, & beuer vini leggieri. Nota quello dice del cascio, & del latte.

Quelli anco che alle volte mangiano altri cibi, che carne, deuono nell'istesso tempo far maggiore, & più spesso esercitio, & beuer vini leggieri. Et se la professione loro sarà di star a riposo, & di sedere, mangiaranno cascio di raro, & in poca quantità, potranno anco pigliar del latte, & di quelli cibi che si fanno di latte, pur che per essi il ventre stia lubrico, perche a questo bisogna che l'huomo principalmente attenda.

Queste cose mi par che bastino per la commune regola del viuer nella Città di Roma.

Il fine del quarto Libro.

DEL VIVERE

DELLI ROMANI ET DEL CONSERVARE LA SANITÀ

DI ALESSANDRO PETRONIO DA CIVITA

Libro Quinto.

Ridotto dalla Latina nella nostra lingua.

Del prolongar la vita, & differir la vecchiezza. Cap. I.

HORA *è tempo d'insegnar in qual modo gli habitanti di questa Città possono viuere alquanto più del suo solito. Et benche sia commune opinione, che il far questo sia molto difficile; nondimeno poi che si vede che alcuni, & con l'arte, & con l'esperienza hanno conosciuto, che ciò non è impossibile; non mi par di poter essere biasmato, se non à torto, s'anch'io mi metterò a l'impresa, per dichiarar come si possi acquistare questa cognitione. La prima cosa adunque douemo con diligenza osseruare tutte quelle cose, che possino, & giouar, & nocere; & di più douemo fuggir quelle che ne posson nocere, & seguitar quelle che ne posson giouare, pur che però facciano in noi questo effetto; perciò che si trouano delle cose, che nociono*

Si deue osseruare quel che noce, & che gioua; fuggir quel che noce, & seguir quello che gioua.

ad

Come l'huomo si deue contener da quelle cose, nelle quali si può peccar per il troppo, & quali sono quelle.

ad vno, & giouano ad vn' altro; oltra di questo deue ogni vno contenersi da quelle cose, nelle quali si può peccare nel troppo, come a darsi in preda alle passioni dell' animo, & delle voluttà. Deue anco l' huomo dar il suo conueniente nutrimento a tutte le parti, & membri suoi; & questo si fa, quando non solo si prouede di buoni cibi, ma anco quando da al corpo l' essercitio conueniente alla natura sua, & a l' animo manco fastidio che si può. Perche si come il conueniente essercitio porta il nutrimento a tutte le parti del corpo, & le fa più piene, & più grasse: così per il contrario il gran trauaglio d' animo diuertisce la natura, che non dia il debito nutrimento alli membri, & consuma il corpo: però quando vno si vuol nutrir bene, & come si deue ha da imitar le piante, le quali non hanno sentimento nè dolore, nè pensano cosa alcuna, & di natura sua sono esposte al sole, & all' aria: tal che mentre c' hanno di bisogno, & insieme hanno il nutrimento pronto, non mancano mai di nutrirsi bene; & per questo si mantengono verdi, belle, & fertili. Et tutte queste cose hanno gran corrispondenza insieme; perche il sole, & l' aere libero, & aperto sono come l' essercitio; il non hauer dolore, & non pensar a cosa alcuna, è come il non hauer trauaglio d' animo, per cosa che gli possa accadere. Finalmente bisogna che l' huomo, quanto più può, si mantenga il calor naturale; & perche si conserua con l' humido, bisogna vsar gran diligenza, che non patisca dal secco, perche quando è ridotto a questo termine, all' hora ne seguita la rugosa, & crespa vecchiezza, & poi la gran magrezza, chiamata da Greci μάρανσις da Latini marcedo; & finalmente ne seguita la morte; & per questo è molto vtile non far mai troppo essercitio, non tolerar molto quella sorte di sete, che facilmente si caccia con il beuere; esser sempre pronto a cauarsi la fame con il cibo, quando con questo si sente ristoro, perche tutte queste cose essiccano fuor di modo. Però mi pare che sia cosa conueniente, & vtile, che li putti dall' infantia sin alla pubertà, la qual comincia nelle femine nell' anno 12. & nelli maschi ne' 14. viuano solamente con quella regola, che gl' insegna la natura, poiche in quel tempo siamo inclinati per il corso naturale al nutrirci, & al far essercitio, & però non è bisogno vsar tanti studij, come molti fanno, in determinar questo, & in insegnar quell' altro; perche l' vsar gran diligenza in questo tempo è spesso di gran danno; atteso che la natura in quel tempo ne gouerna; & solamente, è bisogno guardarsi dal troppo eccesso. Nè in questo luogo lasciarò di dire, che li fanciulli minori di dui anni, non si deuono mai slattare nel tempo della Primauera

Il danno che porta il trauaglio dell' animo.

Come l' huomo, che voglia nutrirsi bene deue, imitar le piãte, & in qual cosa.

In qual modo le piante si mantengono verdi.

Il sole, & l' aere è come l' essercitio. Il non pensar a cosa alcuna, è come il non hauer trauagli.

Deue l' huomo recare di non patir dal secco; & perche.

Far molto essercitio patir molta sete, & fame, che dà no porta al vecchio, & come.

In qual tempo comincia la pubertà ne' maschi, & nelle femine.

Che nella pueritia si deue viuer solamente con la regola, che insegna la natura.

Come l' vsar molta regola in quel tempo è spesso di danno.

Come, & perche li putti minori di dui anni non si deuono slattar la Primauera.

mauera (come molte balie fanno) eccetto però se già mangiassero bene; perche nel fine dell'Estate, hauendo patito assai per il troppo caldo, ò che mangiano poco, & presto si smagriscono, & vengono meno; ò che beuono troppo. Onde poi gli viene il flusso di corpo, per il quale spesso se ne moiono. Quelli fanciulli poi, che mangiano troppo, deuono beuer dell' acqua, perche il vino nuoce à quelli che mangiano troppo.

Il dãno che nasce da questo errore.

Quelli che mãgiano troppo, deuono beuer dell' acqua, & perche.

Ma torniamo al nostro proposito. Quando incomincia la puberta, ouero l'adolescenza, & che gl'incita al coito, bisogna quanto più si può guardarsene, sin tanto che quell'età s'è fermata alquanto più; perciò che il coito di quel tempo, & tanto più s'è troppo, impedisce fuor di modo l'augumento del corpo, al quale di natura, & chiaramente siamo inclinati; doue che se ci ne guardiamo, non solo cresceremo in molto maggior quantità, ma ancora in l'auuenire diuentiamo più belli, & più robusti. Et a questo modo l'vltimo, & miglior nutrimento nostro, il quale quando è superfluo, diuenta seme, se il coito ò si lassa del tutto, ò si raffrena assai, passa in augumento delli mẽbri ancora assai molli; & di più mentre che ce n'astenemo, diuentiamo anco assai più continenti, & perciò più rare volte incurriamo in questo errore, ancor che il desiderio, che ad esso ne spinge, spesso ne faccia errare. In somma bisogna concludere, che non ci è cosa più efficace a prolongar la vita, che il temperato coito, perche s'è smisurato, consuma li spiriti vitali, & quelli humori che presto erano per nutrir il corpo.

Quando bisogna guardarsi dal coito.

Il dãno che segue in quell'età dal troppo coito.

L'vtile che seguita dal guardarsene.

Come nel guardarsi dal coito, l'huomo si fa più continente.

L'effetto del misurato, & smisurato coito.

Ma poi che l'huomo è giunto all'età di vent'vno anno, & che nell'andar innanzi, prima che arriui al decremento, che communemente comincia nell'anno trentacinque, ò in quaranta dui, ò anco sin al quarãtanoue, ò li intorno, deue auuertir che, nel tempo che forse nõ cresce più tanto, non mangi tanto, quanto prima faceua, perche non pigliando noi quell'augumẽto, nè così presto, nè così manifestamente, che pigliauamo prima, nè per questo restiamo di mangiar, & di beuere in quella quantità ch'erauamo soliti a far prima, se non vseremo diligenza di euacuar quello che è entrato nel corpo di superfluo, è necessario, che, restando dentro, si putrefaccia, & che, per l'augumento di quella putrefattione, tutto il corpo si faccia più secco, cosa che è sommamente contraria a l'allongar della vita. In somma bisogna supponere che il corpo nostro sia come vn fiume, il quale si conserua con il continuo moto delle acque, che si cacciano l'vna l'altra; talche se vna parte di quell'acqua si ritiene, subito si putrefa, & putrefatta corrompe ciò che ha a canto, perde il vigore, & gli

Il decremento de l'eta comincia hora nell'anno 35. hora nel 42. hora nel 49.

Il dãno che seguita dal mangiare troppo quando il corpo non cresce più.

Come il corpo nostro è simile advn fiume.

L'vn'acqua caccia l'altra, & l'vn humor caccia l'altro.

manca tutta la sua vinacità (intendo per vinacità il maggior vigore che possa essere in vn corpo inanimato.) Perche adunque l'augumento dell'huomo in questa età è oscuro, nè camina con tanta velocità, non potendo consumare l'abondanza del nutrimento, bisogna pensar di vsar diligenza per euacuar quella superfluità. Ilche s'alcuno vorrà far con regola, ridurrà questo discorso a tre capi, per li quali si possa euacuar il superfluo nutrimento, ò in vn subito, ouero in successo di tempo.

Come l'huomo in questa età cresce nascostamente.

Come questo discorso si nduce a tre capi.

Il primo capo è l'euacuare gli escrementi.

Il primo è di lubricar il ventre quanto più si può, & con ogni diligenza tener aperti li meati della pelle, talche per questa via si possano euacuare tutti gli escrementi, li quali trattenuti per non poter vscire, si putrefanno, & essiccano il corpo.

Il secondo è il far essercitio, come ne segue buon effetto.

Il secondo è che bisogna far essercitio più vehemente, acciò che, non potendosi prouedere, che non vi sia maggior copia d'escrementi, che prima, la qual si trattiene anco più per la sodezza, & fermezza delli mẽbri, che in quell'età è cresciuta; si possa, per via di quell'essercitio, far più gagliarda espulsione. Et ben che sia simile a quello che si faceua nell'età passata, per esser nondimeno l'huomo gia solito a tal essercitio, si come non gli nuoce, così gli può giouar molto più, & massime, perche a questo modo s'imita l'impeto della natura.

Il terzo è l'vsar il coito, & come si deue vsare.

L'effetto buono che segue quando s'vsa il coito, come si deue.

Il terzo è, ch'è cosa vtile a maritarsi presto, eccettuando però quelli che sono estenuati dalli digiuni, & trauagli, con intention però di non vsar il coito se non in tempo, & numero conueniente; come si conosce, quando ne seguita la legerezza del corpo, la facilità di respirare, & l'allegrezza d'animo. Perciò ch'essendo in quel corpo che copiosamente si nutrisce, grand'abondanza dell'vltimo, & ottimo alimento, il qual, si come nell'età passata si conuertiua nell'augumento del corpo, così in questa, perche l'huomo cresce pian piano, & quasi niente, si conuerte in seme, il qual, se non sarà debitamente euacuato, malamente si corrompe, da gran trauaglio all'huomo, & lo riduce presto alla magrezza, & alla vecchiezza. Se sarà euacuato come si deue, si come prima grauaua l'huomo, così dopò ch'è vscito, con gran suo contento l'allegerisce. Et perche le parti vergognose hanno gran corrispondenza con il petto, onde per la ritentione del seme ne seguita la difficoltà di respirare, vien l'huomo ad hauer miglior respiratione, & si come si troua libero da questo, & altri mali, così si rallegra l'animo fuor di modo. Ma poi che hauerà passato li anni 42. ò secondo alcuni 49. sin'all'età di 63. & anco prima, nel qual tempo l'huomo si può chiamare da Greci ὠμογέρων da Latini crudus, & da nostri si può dir verde vecchio, all'hora deue intromettersi poco

In qual età abonda più il seme.

Il dãno che seguita dalla ritentione del seme, & l'vtile dall'euacuarlo.

Come le parti vergognose hãno corrispondenza cõ il petto.

Quando si deue incominciar ad intrametter il coito.

a questo

a questo essercitio, & quanto più s'accostarà alli 63. tanto manco vi douerà attendere, perche in questo tempo veramente si può dir vecchio. Questo adunque, perche in tal etade se gli stringe spesso il ventre, deue vsar ogni diligenza per hauerlo sempre lubrico, & di più deue procurare di hauer aperti li meati della pelle, per li quali si possa euacuare la grand'abondanza del nutrimento. Tal che se lasserà del tutto il coito, & che nõ sia sdentato, & che mãgi bene, & faccia il conueniente essercitio, potrà sperare non solo di arriuar alli anni 70. ma anco alli cento, & di passarli, & di goder quella sanità, che sarà conueniente all'età. E' ben vero che di raro si ci può arriuare, perche spesse volte occorre che vi sono delle cose, che non vi douriano essere, & vi mancano di quelle, che non vi douriano mancare. L'huomo adunque è composto dell'humido naturale sin' tanto che dura l'augumento suo; ma come comincia a sminuirsi, all'hora incomincia ad esiccarsi, & ad esser priuo di quell'humore. Tal che quel s'estende secondo alcuni sin all'anno 49. quell'altro dura sin che l'huomo viue, essendo il termine della vita molto differente dal termine dell'augumento, perche quello dell'augumento in tutti gli huomini dura al più (per quanto però sin'hora s'è conosciuto) sin' alli anni 49. ma quello della vita s'estende molto più innanzi, poi che in alcuni luoghi (si come dicono l'historie dell'Indie) si trouano persone, che viuono 110. anni, 120. 125. In altri luoghi vi sono persone, che viuono 150. & in altri 300 & anco più, secondo che l'huomo ha commodità di acre più purgato, & viue con quella regola che conuiene alla sua natura. Anzi hoggidì in queste bande alcuni hanno vissuto 105. anni, vn' altro 111. & vn'altro 121. li quali hò voluto raccontare, non perche non possano esser stati molto più di questi, ma perche questi particolarmente son stati da me conosciuti.

Come l'huomo nell'anno 63 si fa stituto.

Come deue procurar d'hauere tutti li meati aperti.

Quando l'huomo può sperar di viuere tempo sano.

Per qual causa spesso non si può arriuar alli cento anni.

Quanto tempo dura l'humido naturale, & quando l'huomo incomincia ad esiccarli.

Il termine dell'augumento è molto differente da quello della vita, & quanto tempo duri, & l'vn, & l'altro.

Nell'Indie alcuni viuono 110. anni, 120 & 125. & 150. & alle volte 300. & più.

Alcuni in queste bande hanno vissuto 105. anni, vn' altro 111. vn'altro 121.

Poi che adunque vno hauerà passato li anni 63. nel qual tempo si può dir veramente vecchio, deue vsar diligenza di hauere il ventre più spesso pieno che vacuo, ma tanto però che si possa comportar dalla natura, acciò che, non essendo li cibi di Roma di molto nutrimento (hauendo rispetto alla mole sua) non manchi mai nuoua materia di nutrimento, perche per questa regola il corpo si humetta assai commodamẽte, nè lassa che l'huomo si esicchi. Oltra di questo il ventre farà ogni giorno la debita euacuatione, secondo la quantità del nutrimento preso, & da questo ne seguirà conueniente essalatione: tal che per la ritentione delli escrementi, alla quale ne seguita notabile putredine, non si può augumentar quella siccità, della quale il vecchio deue hauer tanta paura; &

Passati gli ani 63 deue ogni vno hauer il ventre più presto pieno che vacuo.

In qual modo il corpo si humetti.

Che mancãdo gli escrementi, non si può augumẽtar la siccità tãto nemica alli vecchi.

così ancora potrà far li suoi soliti essercitij, ancor che per l'età si debbano far alquanto più lentamente. Ne bisogna creder a quelli che prohibiscono l'essercitio alli vecchi, perche (come proueremo più abbasso) è tanto più necessario in questa età, che nell'altre, quanto è maggior la distributione del nutrimento, che si fa per l'augumento, che fanno li corpi in quel tempo, & inuita tutti a far quell'essercitio, che si può fare. Doue che facendosi ne i vecchi manco essalatione, & manco essercitio, è cosa conueniente, che l'arte supplisca ad ambidui questi difetti; poi che nel tempo dell'augumento ancor che l'huomo habbia grand'abbondanza d'humidità, ha però di bisogno, che nutrimento si congiunga con li membri, acciò che possano far il debito augumento, perche altrimente mancando il nutrimento, ò che non si facesse la distributione per tutto'l corpo, non solo cessa subito l'augumento, ma anco il corpo s'essica, & è causa che vno si fa vecchio inanzi al tempo. Ma di ciò non si fa gran stima dalli medici, poi che non è cosa di molta fatica dar nutrimẽto a quelli a quali forse non è dato. Et questo effetto cercano di fare con l'essercitio principalmente, & con la debita transpiratione delli meati della pelle. Et per questa causa li medici hanno ritrouato tante differenze d'essercitij, quante ne hanno potuto inuestigar con il suo ingegno, & quante n'hanno potuto hauer da quelli che insegnano il modo di far essercitio chiamati Gymnastici, & tutte le mettono in prattica con tanta cura, & diligenza, che quando occorre a farsi qualche leggiero errore, lo stimano di grandissima importanza, ancor che ne seguiti molto minor danno, che non segnita dalli errori, de' quali s'è detto di sopra. Imperò che quando l'animale cresce così euidentemente non occorre vsarci tanta diligenza, acciò che faccia essercitio, perche la natura all'hora insegna quello che l'huomo deue fare; come si vede nelli fanciulli, li quali non possono star a riposo, & sempre in qualche modo si muouono; & in questo son molto simili alli capretti, li quali ancor che non possono star in piedi, corrono, & saltano quà, & là, ò che si muono in qualche maniera, si come più presto, & più commodamente li riesce. Et questo nasce dal vigor del sangue, il qual quando cresce, salta, si moue in alto, empie le vene, & sforza l'animal quanto più può a stendersi, & a mouersi in quà, & in là in diuerse maniere.

Nota quello che dice contra quelli che prohibiscono l'essercitio alli vecchi. Questo è il Cardano nel lib. 4. di conseruar la sanità al cap. 12.

Nei vecchi si fa mãco essalatione.

A qual fine li Medici antichi trouorno tante differenze d'essercitio.

Quando l'animal cresce non occorre a esser diligente, accioche faccia essercitio, & perche. Come li fanciulli non possono star forti, & come son simi alli capretti, & onde questo nasce.

Ma quelli che sono ancor nel ventre della madre, & nelle fasce, non possono crescere a quel modo, perche gli è vietato a mouer li loro membri, come fariano, se fussero in libertà. Et da questo si vede apertamente in quanto errore siano quelli, li quali credono che l'essercitio sia

Nota come l'essercitio non è instituito per augumẽto del corpo.

stato

stato instituito per l'augumẽto del corpo, poiche la creatura nel ventre, & il bambino nelle fasce crescono senza far punto d'essercitio, oltra che vi sono infinite piante, che mai si mouono dal luogo, doue son piantate, le quali crescono senza questo essercitio, come la Malua, la Canapa, la Zucca, l'Anguria, & infinite altre. Per il contrario quando l'animale è in declinatione, ancor che l'humido manchi, & la siccità entri in luogo suo; onde doueria l'animale più presto esser inclinato a lassar il moto, & darsi al riposo; nondimeno l'essercitio è di tanta necessità, che lo sforza al moto tanto quanto lo sforzaua ancora quando era in augumento; ne si può far tanto essercitio, che basti per la distributione del nutrimento, & per l'euacuatione delli escrementi.

Come questo si proui con essempi delli bambini inãzi che naschino, & delle piante.

Ne manco quello, che tiene l'opinione contraria alla nostra, dice il vero, mentre che prohibisce l'essercitio alli vecchi, quando sono in declinatione, perche essicchi, con dir che la declinatione dell'età è di natura secca, alla quale se s'aggiunge quella dell'essercitio, crescerà tanto quella siccità, che ridurrà l'huomo a maggior grado di quel che possa comportar la natura, & presto lo condurrà alla morte. Et per questo è più necessaria la quiete alli vecchi, che l'essercitio, acciò che si possano conseruare il suo humido naturale. Ma il fatto è molto diuerso da quello, che egli si pensa, perche se li vecchi, lassando il moto (per seguir questo consilio) si daranno in tutto alla quiete, non solo non si conseruarà la lor naturale humidità, ma più presto si faranno molto più secchi, che prima non erano; & la ragione è perche se l'huomo per tutte le sue parti non pigliarà il debito nutrimento, non potrà viuere lungo tempo. Et già che ogni sorte di cibo ha in se qualche escremento, & l'huomo spesso piglia più cibo di quel, che ha di bisogno, ne seguita, che sempre hauemo dentro di noi notabil abbondanza d'essrementi, li quali se non saranno cacciati fuori, mentre che si trattengono dentro, notabilmente si corrompono; & poi che sono putrefatti, quanto più si fermano nel corpo, tanto più l'essiccano. Tal che questa sorte di cibi acquista vna mala qualità, per la quale li membri non li tirano a se; & per questo ò non danno nutrimento alcuno, ò se lo danno, è molto cattiuo: però se li vecchi, lassando il moto si daranno totalmente alla quiete, si faranno anco più secchi, che non fariano, se si mouessero, poi che ò con fatica ò molto poco si nutriscono.

Nota vn'altro argumento contra l'essercitio.

Come la quiete è più necessaria alli vecchi, che l'essercitio.

Nota come il vecchio per star a riposo si farà molto più secco.

Nota che gli escrementi ritenuti essiccano il corpo.

Dell'essercitio delli vecchi. Cap. 11.

Come li fanciulli, & li giouani hãno di bisogno di mãco essercitio, che li vecchi, & per qual causa. Et che in essi la virtu del l'augumento fa l'officio dell'essercitio, & quãta vtilità ne seguita.

ET *questo si conoscerà meglio, & più chiaramente se considaremo, che li fanciulli, & li giouani hanno di bisogno di manco essercitio, che non hanno li vecchi, perche in quelli la virtù dell'augumento fa l'officio dell'essercitio, ilquale, mentre che lo fanno, li spinge a cacciar fuori gli escrementi, & gli apparecchia la via, per la quale si possa più facilmente far la distributione del nutrimento. Et è causa dell'espulsione di tutte le superfluità; dalle quali cose ne seguita, che piglìano di continuo noui cibi; onde poi li loro corpi s'humettano, & s'augumentano. Per il contrario i vecchi n'hanno molto più di bisogno, acciò che l'humido suo naturale, che di continuo si strugge, si conserui quanto più si può; ma perche la lor natura, che d'ogn'hora si fa più pigra, nè manco la forza della sua declinatione, che ogni giorno più si sminuisce, nè cosa, che habbiano dentro di se, può darli giouamento alcuno, è necessario trouar qualche aiuto di fuori, che faccia questo effetto. Et ben che si possan proporre molti rimedij, che saranno giudicati al proposito per questo effetto, oltre il cibo, come sono li fomenti, li bagni d'acqua dolce, l'aere circonuicino, il sole, il caldo, l'essercitio, & altre cose simili: nondimeno non si trouerà cosa più sicura, più vtile, più pronta, & più facile da essere ben gouernata, che l'essercitio. Perciò che il vecchio, che vuol viuer in sanità longo tempo, ha di bisogno sopra il tutto, che il cibo che piglia, si distribuisca facilmente, & che gli escrementi suoi si caccino fuori del corpo, per dar luogo a quel che ha da entrare. Le quali cose seguiranno più sicuramente dall'essercitio, che da altra cosa, che habbiamo detto; il quale con la frequente agitatione non lassa inuecchiare, & sforza a vscir del corpo tutte le superfluità del cibo, inanzi che si corrompano, ò almeno inanzi che cresca la loro putrefatione, come occorre quando, per non far essercitio, si ritengono più del douere. Il che quando accade, mentre che s'euacuano, quelli escrementi putrefatti, li quali per la longa dimora che fanno nel corpo, riducono li vecchi a maggior siccità; succedono in luogo suo nuoui escrementi, li quali se saranno euacuati per via del conueniente moto, & essercitio, prima che si corrompano, ò almeno prima che acquistino maggior corruttione, non solo non gli essiccano, ma più presto ritardano la siccità, che può succedere dal decremento*

Come li vecchi hãno molto più di bisogno d'essercitio che li giouani.

L'humido, & la forza ogni giorno più si sminuisce.

Quali sono li rimedij che possiano giouar a questi.

Come l'essercitio è il meglior di tutti, & per qual causa. Et di che ha bisogno il vecchio.

L'vtile che seguita ne' vecchi dall'essercitio.

Il dãno che seguita nelli vecchi per non far essercitio.

Come li nuoui escremẽti ritardano la siccità nelli vecchi.

della

della sua età. Et in cambio della gran siccità, che imprimono ne i membri, quando son ritenuti più del douere, si come non li lassano troppo essiccare, contra quello, che all'hora sol far la natura, anzi più presto gli humettano, conseruano in vigor quella vecchiezza, & la prolongano in molto più lungo tempo. Che poi li cibi presi di nouo, & presto distribuiti, humettino il corpo, si proua con l'essempio delle balie, le quali alle volte prima, ch'incomincino a lattare sono magre, & poi mentre che generano molto latte, & insieme consumano gran copia di nutrimento, che d'ogn'hora si conuerte in latte; & mentre che di continuo mangiano, & beuono, & s'empiono di nuoui, & spessi cibi, diuentano insieme insieme piene, grasse, & belle. Per questa causa ancora li fanciulli, che mangiano spesso, sono quasi sempre di habito più sano, & più grasso; & quelli che mangiano più di raro, sono magri, & estenuati. Tal che l'huomo non ha potuto schifare l'ordine della natura, che nel successo dell'età pian piano non s'essiccasse, & che questa siccità non andasse talmente crescendo, che all'ultimo, fatto quasi del tutto secco, naturalmente non se ne morisse; poi che l'aridità, che perpetuamente seguita la continua putrefatione del nutrimento, non si può prohibire (si come hauemo dichiarato nell'opera del caldo naturale) talmente, che con il tempo non arriui all'estrema siccità, per la quale poi è necessario, che l'animale manchi. Et ben che la mutatione del cibo si possa chiamar concottione, nondimeno perche non si può fare, se prima non è naturalmente corrotto, da qui nasce, che si chiama concottione in quanto che da nutrimento al corpo, ma in quanto che quel cibo si corrompe, & acquista un'altra forma, si chiama putrefatione. A questo modo si conosce quanto sia necessario l'essercitio al vecchio. Così ancora s'intende benissimo, che l'essercitio è di due sorti, una è che viene dalla spontanea inclinatione della natura, come è quella, che è nelli fanciulli, & nelli giouani; l'altra è, che viene dall'arte, & dalla voluntà dell'huomo, come è quella, che è ne i vecchi, & che naturalmente si sminuiscono, & vanno in declinatione. Quella non ha bisogno d'altro instinto, che della natura, perche li fanciulli (pur che possano) non mancano mai di far essercitio, & d'esser in continuo moto, & sono come li capretti (che hauemo detto) che sempre corrono, & saltano. Questi altri hanno di bisogno d'uno che li spinga, il qual non può essere interno, nè dalla natura, la quale in questo da se, è pigra, ma esterno, come da uno artefice, ò dalla voluntà sua, la quale in questo caso fa l'officio dell'artefice, il che sarà per accidente interno, ma per sua natura esterno.

Come li nuoui escrementi humettano li vecchi. Che li cibi presi di nouo, & presto distributi humettino il corpo, si proua con l'essempio delle balie.

Nota che li fanciulli che mangiano spesso, sono grassi, & quelli che mangiano di raro sono magri.

Onde succede la siccità ne' vecchi, & come si può prohibire.

Il cibo non si può cuocere se prima non è corrotto.

In qual modo il cibo si dice esser cõcotto, & in qual modo corrotto.

L'essercitio è di due sorti.

La prima sorte viene dalla natura.

La seconda viene dall'arte, & dalla voluntà, & in qual modo.

Li fanciulli fanno sempre essercitio pur che possiano.

Qual è quella cosa, che spinge il vecchio a far essercitio.

Come l'vno, & l'altro essercitio ha bisogno d'vn che lo riformi, & che lo misuri.

no. Hora l'vn & l'altro essercitio quando non è fatto, come si deue, ha bisogno d'vno che lo riformi, & che gli ponghi la misura del modo, come si ha da fare, & quanto ha da durare. Di più, perche vno sarà inclinato più ad vn'essercitio, che ad vn'altro, bisogna lassarlo far

Ogni vn deue fare essercitio a modo suo.

a modo suo, pur che da quello non ne seguiti notabil danno: verbi gratia, se vn giouine sarà inclinato a saltar più, che a correre, si deue lassar saltare; se a correr, correre, se a passeggiar, passeggiare, se a caualcar, caualcare; & se a questo, & a quello, si deue permetter ch'attenda ad ambidui; & nel medesimo essercitio s'ha da perseuerare in tutte l'etadi. Talche quando vn camina alla vecchiezza deue far quel medesimo

Come l'huomo deue perseuerar in ogni eta nell'esercitio suo solito.

essercitio, che faceua in giouentù; come se quando era giouine s'essercitaua in barca, ò in cocchio, il medesimo deue far anco in vecchiezza. Et se per sorte non haueße la commodità di far nè l'vno, nè l'altro, ne farà vn'altro simile ad essi, come è l'andar in lettica, ò cosa simile: & quelli, che in giouentù sono soliti a passeggiar, & caualcar, in vecchiezza, faranno hor l'vno, hor l'altro. Et questa è dottrina d'Hippocrate nel secondo de gli aphorismi, doue dice, che quelli che sono soliti a qualche fatica, ancor che siano vecchi, ò deboli, la comportano più facilmente, che li giouani, & li gagliardi, che non vi sono soliti. Tal che se le cose solite, che non hanno ancor portato danno alcuno, sono più da osseruar, che le insolite; ne seguita che il vecchio deue far elettione di quell'essercitio, il qual era solito a far in giouentù; ne manco si deue determinare ad vn solo, & medesimo essercitio, ma deue variar da questo in quello, com'era solito a fare in giouentù, poi che la consuetudine, che non nuoce, si deue osseruar da tutti, ma molto più dalli vecchi. Hauemo adũque detto che l'essercitio è di due sorti, & che il vecchio deue far quella sorte d'essercitio, alla quale era assuefatto in giouentù, & non farne di quello che non ha mai prouato.

Le cose solite che non portano danno, sono più da osseruar che le insolite.

Il vecchio deue fare più d'vn essercitio s'è solito a farne molti.

Come la consuetudine, che non noce, si deue osseruar, & più ne i vecchi.

Non lassarò anco di dire, che la distributione del nutrimento nel vecchio non è mai molta, & veloce, ma tarda, & poca, poca, perche li suoi meati, & parti sono cascate in se stesse, nè s'empiono più come soleuano, il che si conosce dalla diminutione del corpo, & dalla carne rugosa, & crespa: tarda poi, perche si come il vecchio con difficultà si moue da luogo a luogo, così le sue parti, & membri interni sono più lenti, & più tardi a tirare. Et è cosa conueniente che il moto, & attrattione delle parti interne, sia simile al moto dell'esterne. Et per questo la distributione del nutrimento per il corpo è molto più veloce ne i fanciulli, & ne i giouani, che non è ne i vecchi. Onde li giouani dopò

La distributione del nutrimẽto ne i vecchi, è tarda, & poca, perche è poca.

Perche è tarda.

Come il moto delle parti interne sia simile al moto delle esterne.

c'hanno

c'hanno preso il cibo, ancorche copioso, subito diuentano più robusti, & più agili; per il contrario li vecchi, massime s'hanno mangiato assai, si fanno più pigri, & più graui, nè si possono quasi mouere, se non da indi a vn gran pezzo. Cosi quelli che stanno troppo a riposo, poco si nutriscono, & pian piano, come fanno li vecchi, eccetto però se saranno nell'età dell'augumento. Et ben che le piante siano sempre immobili, non sono però simili in questo alli vecchi, perche il sole, & l'aere aperto, al qual sono esposti, ha gran corrispondenza con il moto locale, & con l'essercitio. Onde le piante, che non sono esposte al sole, & all'aere, che d'ogni intorno, & spesso le percuota, tutte sono ò sterili, ò inutili, ò almeno fanno pochissimi frutti. Et per questo è cosa di molta importanza che li vecchi habbiano li meati della pelle aperti, acciò che presto, & facilmente si faccia la distributione del nutrimento per il corpo loro; si come deue anco ogni vno sapere, che non è cosa più contraria alla sanità, che lo star troppo in otio, & l'esporsi al gran freddo dell'aere, & all'impeto del gran vento, & massime se di rimpetto percuoterà il suo corpo. Per il contrario non ci è cosa più amica, che l'essercitio, & calore temperato, & il sole, pur che particolarmente non offenda la testa. Mi pare che hora, & prima sia detto abastanza del moto, & della quiete. Il freddo poi chiude li meati del corpo, & prohibisce che le superfluità del cibo non si possano per essi euacuare, come soleuano; il medesimo effetto fa il vento, se è molto freddo; ma se è caldo, ò tepido, con il penetrar dentro per li meati, mentre che si sparge per il corpo, con il suo impeto caccia da se il nutrimento, & entrando nelle cauità sue, produce vna subita satietà, più che se fosse freddo. Però se qualche parte, ò tutto il cibo sarà fermato nello stomaco più di quello che conuiene, s'incomincia a putrefare, & produce caldo, & ardore nello stomacho delli vecchi; della qual cosa molti, che non intendono, si marauigliano fuor di misura. Tal che alcuni pensandosi, che la forza dello stomaco nel vecchio sia cresciuta, attribuiscono questo effetto all'acrimonia della colera, che lor pensano che soprabondi nello stomaco freddo, come monstro; se ben vedono ch'in tanto il vecchio d'ogni hora va mancando, & non pensano che quell'ardore, che si sente nello stomaco, non procede da colera, come si credeuano prima, ma dal cibo, che essendo ritenuto nello stomaco più del douere, si corrompe, & si fa putrido; come già per altri tempi molte volte, ma poco fa particolarmente habbiamo visto in vn vecchio d'anni 87. ilquale, cõ hauer il ventre molto stitico, si lamentaua d'vn'ardore continuo nello stomaco, & vomitaua cose liquide, ma acri, & quasi che abbrusciauano; nè poteua comportar di be-

Onde nasce che li giouani subito c'hanno mãgiato si fanno agili, & robusti. Et li vecchi fanno tutto il contrario, massime se hanno mangiato assai.

Come quelli che stanno sempre in otio, poco si nutriscono.

Come le piante si nutriscono, se ben sono immobili.

Come il sole, & l'aere aperto fa l'offitio dell'essercitio.

Le piante che nõ sono esposte al sole, & all'aere, son sterili.

L'esporsi al freddo, & all'aere, & all'impeto de' vẽti, è contrario alla sanità.

Il calor temperato, & il sole è amico alla natura, pur che non offenda la testa.

Il danno che porta il freddo.

Il danno che porta il vẽto s'e freddo, & se è caldo, ò tepido.

Come li vecchi patiscono brusciori di stomaco cõ marauiglia d'alcuni.

L'errore d'alcuni in questo fatto.

Onde prouiene quel brusciore.

Nota in questo caso l'esempio d'vn vecchio di 87. anni.

uer vino d'alcuna sorte, come che dal vino ne sentisse raddoppiar l'ardore. Ma torniamo al nostro proposito; il calor temperato poi sarà il contrario effetto di quello, che fa il troppo gran freddo, & il vento parimente freddo; perche se troverà li meati della pelle aperti, non li serra, anzi per essi lascia uscir le superfluità; ma se sono chiusi, li apre, & risolue gli escrementi, che truoua, & insieme dà aiuto alla destributione del nutrimento all'estremità del corpo; in tanto anco fomenta il calore, & da forza al corpo, & alle parti sue, che cascano in se stesse, perche s'estendano in maggior ampiezza, & si slarghino da ogni banda; in somma fa che le carni gonfiano (eccetto però se sarà troppo) onde tirano poi più facilmente il nutrimento a se. Et questo è quello che si desidera prima in un vecchio sopra tutte le altre cose. Il medesimo effetto fa ancora il sol temperato, il quale, si come a suoi tempi commodi genera gli animali, dà perfettione a corpi, subministra alli membri maggior prontezza al moto, ristora, & mantiene la vita: così nelli vecchi accresce il calore, che tuttauia manca, netta l'aere circunuicino, purga la pelle, & li membri vicini con l'intermezo dell'aere; & in somma fa tutti quelli effetti, che hauemo detto poco fa del caldo. Onde Hippocrate nel 3. de gli Aph. dice che li vecchi nell'Estate, & nell'Autonno sono sani. Ma quando l'huomo è già fatto decrepito, perche non può far essercitio di mutatione di luogo, ha di bisogno in cambio d'essercitio, che la mattina, poi che ha fatto la debita concottione, prima che si leui, si faccia far le fregagioni per tutto il corpo, le quali siano ritonde, leggieri, & poche; alche basteranno pochi giri di mano, che non siano troppo veloci, & calchino poco li membri: leuato che sarà, fra poco, come più gli piacerà, si fermarà per un pezzo, inanzi che mangi, in un luogo alto, & aperto, il quale però non sia esposto nè al vento, nè al sole, che da questo nè seguiranno grandi vtilità; perche le fregagioni, con l'aprir li meati esteriori, & per consequenza anco quelli che li sono vicini, purgano benissimo quelle parti. Il fermarsi poi nel luogo sudetto sarà causa che tutti li membri interiori, & massime il petto, & il ceruello, con il tirar a se, & cacciar fuori spesso quel puro aere, prima si purgaranno d'ogni superfluità nel modo istesso, che l'acqua corrente laua, & mondifica li panni lini brutti. Ma se temerà che il caldo, ò il freddo nõ lo offenda (purche però nõ sia troppo eccessiuo, perche se sarà tale, bisogna sopra il tutto guardarsene) quãdo hauerà finito di farsi le fregagioni, si potrà vngere tutto il corpo con olio d'amandole dolci, ò di simile altro olio; il quale ha questa virtù, che nõ lassa che il troppo freddo induri la pelle, nè che il troppo caldo

l'essicchi.

Nota l'effetto contrario che fa il calor temperato a quello che fa il freddo, & il vento parimente freddo.

Qual è quello che più si desidera ne' vecchi.

Come il sole temperato fa il medesimo effetto.

Onde nasce che li vecchi son sani l'Estate, & l'Autunno.

Cio che deue far il vecchio decrepito in cambio d'esercitio, non potẽ dolo fare.

Come hanno ad esser le fregagioni nel vecchio.

Doue si deue fermar il vecchio poi ch'è leuato.

In qual modo si purgano li membri interiori.

Quãdo è bene ongersi il corpo del decrepito.

L'vtile che porta l'ontione di tutto il corpo.

l'essicchi. Onde dal freddo ne seguita la constrittione delli meati, l'impedimẽto della traspiratione, la retẽtione delli escrementi inutili, & cattiui, & anco la putrefatione di molti humori. Per il caldo poi li meati troppo si dilatano, & il nutrimento vtile del corpo si consuma. Onde ne seguita poi la risolutione della virtù, & vna gran debilità; & si come lo smisurato freddo chiude, & essicca la superficie della pelle, cosi anco congrega, & stringe alquanto più in dentro gli humori, che sotto di essa si trouano. Il troppo caldo poi essiccando la pelle di dentro, & di fuori, consuma quell'humore, che per dentro, & sotto passa, & lassa li meati dilatati, & aperti. L'ontione adunque della qual hauemo detto, perche humetta, & mollifica; si come non lassa, che li meati della pelle nel smisurato caldo siano aperti, & nel freddo troppo chiusi; cosi difende molto più il vecchio da gl'incommodi di tutti questi estremi, alli quali è molto inclinato.

Il danno che prouiene dal troppo freddo.

Il danno che prouiene dal troppo caldo.

L'vtil grande, che porta la detta ontione.

Replica non molesta di slongar la vita, & prolongar la vecchiezza. Cap. III.

OLTRA quello, che hauemo detto della vecchiezza, giudichiamo a proposito di dir ancora certe regole particulari, nell'esplicatione delle quali se forse si replicheranno alcune cose già dette, non vorrei che fosse di tedio a quelli che leggeranno questa mia opera, quando troueranno di nouo l'istesse cose, le quali, per trattar delli rimedij di prolongar la vita, se ben alcune si replicassero due, ò tre volte, non possono di ragione esser di fastidio alle persone, per prometter la sanità insieme con la longa vita, di che non si può giamai trouar cosa in questo mondo più desiderata dall'huomo. Talche quanto più si replica quello che tanto si desidera, tanto più suol esser grato, & di diletto. Et questo è il ragionamento di conseruar la sanità, la quale deue esser antiposta alli honori, alle ricchezze, a gli apparati grandi di molte cose, le quali non sono d'alcuna vtilità, quando l'huomo ha perso la sanità, & è trauagliato da qualche mala infirmità.

Quando non dispiace quel che si replica.

Quanto deue esser stimata la sanità.

Et perche la putrefatione delli alimenti, chiamata per altra ragione concottione (lassando per hora da canto la putredine del seme) è causa della vecchiezza (come di sopra hauemo detto) colui che vorrà prouedere, che la putredine non sia di danno, & che la vecchiezza si mantenga robusta quanto più si può; auuertisca principalmente di non es-

Come la putrefattione de gli alimẽti è causa della vecchiezza.

Nota l'error di quelli che pigliano cibi difficili da cuocer, acciò che nó cosi facilmẽte si putrefacciano. Onde nasce la difficultà di cuocer li cibi.

ser ingannato, pensando di far bene in pigliar li cibi difficili da cuocere, come che anco con difficultà si putrefaranno, perche si da tanta fatica allo stomaco in cuocer questi, che quanto più si sforza di prolongar la vita, tanto più s'incamina a farla breue. Costui adunque poi che vede, che la difficultà di cuocer li cibi, nasce, ò dalla lor natura contraria a l'huomo, ò per hauerne mangiato troppo, risolutamente ha

Come l'huomo deue fuggir li cibi duri da cuocere.

da fuggir prima tutti quelli cibi, che generalmente a tutti, & poi a se in particulare sono duri da cuocere, non scordandosi però mai dell'ordine, & del tempo, che s'ha da osseruare nel mangiar, nel beuer, & nel dormire. Oltra di questo ha d'hauer buona cura non tanto della quantità delli cibi in generale, che si prendono, ma anco in particulare di quelli, che sono facili da cuocere, li quali, ancor che non possano dar il danno che danno gli altri, pigliandone troppo, nondimeno si sa

Ogni sorte di repletione porta dãno: di qual sorte danno, & come si conosca.

che ogni sorte di repletione suol dar gran trauaglio alla natura, poi che è necessario, che ne seguiti, ò gran putrefatione, la qual si conosce facilmente dalla gran sete, che ne seguita; ouero manifesta indigestione, che parimente si conosce dalli sonni turbati, & fuori di tempo, ò da vno subito flusso di ventre, il qual debilita tutt'il corpo. Et tutte queste cose insieme, & in particulare, con il tempo son causa di gran siccità. Però bisogna far elettione di cibi, li quali, quando si putrefanno,

Come li cibi deuono esser tali, che presto non s'essichino.

non subito s'essicchino. Et se questo non si può fuggire, li deue con diligenza mescolare con quelli, che non li lassano cosi presto essiccare: &

Quali sono li cibi che non cosi presto s'essiccano.

a questo modo ancora hauerà ogni giorno il ventre lubrico, li cibi adunque, che non subito s'essiccano, poi che sono putrefatti, sono quelli, che communemente nutriscono, ma principalmente sono di sostanza humida, ne' nascono nè luoghi secchi, ma più presto ne gli humidi, nè manco sono tali, che, quando son mangiati da vecchi, il cui calore è secco, & debile, se si corrompono, si constringono, & si fanno duri prima, che si conuertano nella sostanza delli membri, che haueuano da nutrire:

Quali son in particolare questi cibi. Come li vecchi deuono lassar li cibi arrostiti, & mangiar li bolliti.

di tal sorte sono li vini, che portano poca acqua, il mele con acqua, li brodi di carne, & simili altri cibi. Et per questo il vecchio spesso ha da lassar le cose fritte, & arrostite, perche si liquefanno con difficultà nello stomaco; & pigliarà più presto li cibi bolliti, perche più facilmente si risoluono.

In qual modo il latte, & gli oui conuengon alli vecchi. Cap. 1 1 1 I.

IL latte, gli oui, & simili cibi, ne i quali (secondo alcuni) è più quello che và in nutrimento, che non è il resto, a prima vista sono stimati esser molto conuenienti alli vecchi; il che però ha in se gran dubio, & massime se haueremo risguardo a quello, che dice Gal. delli oui, il quale, nel quinto libro di conseruar la sanità, prohibisce alli vecchi l'vso frequente de gli oui. Nè bisogna pensar, che sia errore nel testo, come molti credono, li quali pensano, che si debba scriuere in luogo di ὠὼν cioè d'oui, ἔα ouero ὄα, cioè sorbe; come che sia cosa familiar alli vecchi il mangiar delle sorbe. Et per questo nell'insegnarli il modo di conseruar la sanità, deue il buon Medico auuertirli, che non ne mangino; però io stimo che dui, ò tre oui al vecchio sogliono esser sani; ma quando sono più a numero, portano spesse volte danno, perche, ò che satiano presto, ò che causano flusso di ventre per indigestione, come ogni vn può facilmente prouare in se stesso. Et a questo modo si può dire, che Galeno non prohibisce l'oua in se, ma solamente, quando se ne piglia in maggior quantità, che non conuiene. Il medesimo si può credere, che sia anco del latte, quando se ne piglia troppa quantità; & la ragione è questa, perche la virtù attrattiua ne i vecchi è debole, & tarda, non solo per se stessa naturalmente, ma anco, perche non possono, ò non vogliono fare se non poco essercitio. Tal che se pigliano qualche cibo, che di sua natura passi presto alle vene, & che anco presto nutrisca, & che insieme ancora si faccia più grosso, come è l'ouo, & il latte, gli da quel poco di nutrimento buono, che si può tirar in poco tempo, poi che l'attrattione in essi è debole, ma quel che resta nello stomaco, perche presto si condensa, è anco spesso causa di presta satietà, & qualche volta di peso, ma sempre di qualche fatica allo stomaco. Onde si conclude che non è vtile alli vecchi a mangiar oui, & latte in molta quantità, ma ben in poca. Et ben che giouino alli fanciulli, & alli giouani, ancor che ne piglino in grandissima quantità, nondimeno in essi non così presto s'induriscono, che già son passati, & conuertiti in nutrimento delle parti; poiche, si come presto si cuociono, così anco, & molto più presto sono tirati da i membri, & passano in nutrimento, prima che siano tramutati in altra forma.

De gli oui, & del latte è più quello che và in nutrimento, che non è il resto.

Il dubio che nasce se gli oui son' vtili a vecchi.

Come nel testo di Galeno non è errore sopra di questo.

Come il mangiar delle sorbe non è conueniente alli vecchi.

In qual modo si solue il dubio de gli oui.

Il dãno che nasce quando si mãgiano molti oui.

Galeno non prohibisce l'ouo in se, ma il mangiarne troppo.

Per qual causa il latte porta danno quando se ne piglia in gran quantità.

La virtù attrattiua ne' vecchi è debole per due cause.

L'ouo, & il latte nutrisce presto; ma quel che resta nel stomaco, tosto si condensa. Et il danno che ne ieguita.

Che li vecchi denono pigliar pochi oui, & poco latte.

Come nelli putti, & nelli giouani nõ così presto s'indurisconо, ancorche ne piglino in gran quantità.

Si come gli oui, & il latte presto si cuocono, così anco presto sono tirati da mẽbri prima che si mutino in altra forma.

Il

Tutto il contrario accade ne' vecchi, & in qual modo.

Il contrario accade nelli vecchi, perche il calor ſuo debile, il qual è cauſa, che non ſi poſſono nè preſto cuocer, nè manco preſto tirar alli membri, & dall'altro canto mentre, che ſi fermano nello ſtomaco, ſi fanno più groſſi, accreſce l'occaſione di conuertirſi in magior putredine. Onde ſi può concludere, che li cibi delli vecchi ſi deuono cuocer non con il vino, & maſsime potente, come molti fanno, penſando di far meglio, ma più preſto con acqua; perche li vini eſsiccano, & fanno più duri li cibi, mentre che ſi cuociono; doue che l'acqua non ſolo non fa queſto effetto cattiuo, ma più preſto li mollifica, & li rende facili ad eſſer liquefatti, come ſi conoſce chiaramente dalla carne, la qual, ſe è cotta nel vino, ſi fa dura, ma s'è cotta nell'acqua, ſi mollifica.

Li cibi delli vecchi ſi deuono cuocer più preſto con acqua, che con vino potente. Come li vini eſſiccano, & l'acqua mollifica.

In qual modo il vino potente ſia di danno al vecchio, & l'acqua gli ſia vtile. Cap. V.

Questo modo non è conueniente a vecchi beuer vini, & maſsime potenti, nè ſenz'acqua, nè con acque medicinali, come molti fanno; perche li vini, & altre coſe di ſimil virtù, ancor che paiono liquide, mentre però che ſi mutano, & ſi putrefanno nello ſtomaco, ſi conuertono facilmente in terra, & in ſabbia, come fanno le acque minerali, & li vini potenti, ſi come di ſopra hauemo detto, li quali laſſano nelle botti il tartaro in forma di croſta. Tal che ſi può concludere, che la buona acqua, ſopra tutte le altre coſe, impediſce, che l'huomo coſi preſto non s'eſsicchi, ſe ſarà poſta ne i cibi, quando ſi cuociono prima, che ſi mangino, & anco beuuta, ò con il vino, come ſi deue, ò per ſe ſola, & maſsime da quelli, che ſono ſoliti a beuerla. Nè ſi trouarà coſa più ſana, nè più eccellente per far l'effetto, che ſi deſidera, maſsime ſe ſarà meſcolata con modo. Il che ſi conoſcerà chiaramente da i cibi prima, che ſi mangino, li quali, ſe ſaranno cotti con acqua, diuentano molli; ma ſe ſaranno cotti col vino, ò con qualche acqua, ò ſucco medicinale, ſi fanno più duri, & con più difficultà ſi diſſoluono. Et il medeſimo accade mentre che ſi cuociono nel ventriculo, poi che quella cottione è ſpetie d'eliſſatione, doue facilmente s'attenuano, ſi tagliano, & ſi fanno più perfetti. Di modo che ſi può concludere, che quanto più facilmente ſi fa la cottione del cibo con l'acqua, che con qual ſi voglia altro liquore, tanto più il moderato vſo dell'acqua ſarà vtile per conſeruar la vita. Onde gli antichi faceuano più

Come li vini ſi conuertono facilmente in terra.

La buona acqua impediſce che l'huomo non ſi eſsicchi.

Li cibi cotti con acqua ſi fanno molli, & con vino ſi fanno duri.

La cottione, che ſi fa nel ventriculo è ſimile a l'eliſſatione che ſi fa di fuori.

Come l'acqua è vtile per conſeruar la vita.

conto

conto della mutatione dell'acqua, che di quella dell'aria, & qualche volta ancora più che di quella de i cibi. Et da questo anco si conosce, che la mistura delli cibi fatta con acqua è sempre assai migliore, che se si fa con ogni altra sorte di liquore. Si può anco conoscere che non è di poca sanità, perche (pur che si beua con misura) facilmente s'altera, & se pur si corompe, ancor che si conuerta in terra, come fanno tutte le altre cose, che si corrompono; nondimeno l'acqua, nel corromperssi acquista la forma di terra molto più tardi, che non fanno le altre cose. Vi aggiungo vn'altra ragione, che, dando l'acqua, ò poco, ò nissuno nutrimento all'huomo, lo difende dalla troppa pienezza, alla quale è molto inclinato (si come hauemo dichiarato nel primo libro del mal francese) & quanto più essa occupa di luogo ne i corpi, non è dubbio, che tanto manco ne pigliano li cibi. Et di più se pur si putrefa, come alcuni dicono, poi che è mutata in sapore acido, ò forse anco amaro, mentre, che la natura la caccia fuori del corpo, come inutile, & di peso, netta, & purga tutte le parti, per le quali passa, & pur passa per tutte. Onde ne seguita, che si come ogni giorno è in vso per tal bisogno, cosi ogni giorno rende nette tutte le parti del corpo, & le tiene pure, & polite da molti escrementi, & in somma le conserua sane quanto più può. Onde gli huomini, & gli altri animali, & massime li pesci, li quali vsano per ordinario acqua, secondo la lor natura, sono quasi sempre sani; & in particulare quelli huomini, che beuono acqua, viuono spesso più lungo tempo, che quelli che beuono vino. Quelli che allegano Hipp. nel terzo de gli acuti in contrario a questa mia opinione, se considereranno con diligenza, che esso in quel luogo parla dell'acqua, & in qual modo si deue dar in tutta l'infirmità, si come si da anco l'acqua di mele, & la ptissana; giudicaranno che io non contradico a Hipp. ne manco Hipp. a me. E' ben vero che bisogna vsar l'acqua con regola, altrimente fa l'effetto contrario a quello che hauemo detto. Nè per questo mi basta l'animo di prohibire affatto il vino a tutti, ma solamente dico che la cottione de' cibi, & dentro & fuori, che si fa con l'acqua, è sempre molto più vtile, che non è quella, che si fa con il vino, & altri liquori simili. Colui adunque, che sarà solito a beuer vino, perseueri pur nella sua vsanza, osseruando però questa regola, di nutrirsi di quelli cibi, li quali, poi che sono putrefatti, non s'essicchino inanzi che siano tirati dalli membri; & di più, che sia moderato nel mangiare; il vino sia di qualch'età, ma non troppo vecchio, & che non porti acqua; ma se sarà potente, lo mescolarà con acqua tanto che basti. Et auuertisca ben con diligenza,

Per qual causa gli antichi faceano tanta stima della mutatione dell'acqua

Come l'acqua è sana perche facilmente s'altera.

Come ciò che si corrompe si conuerte in terra.

L'acqua nel corrompersi diuenta terra più tardi, che l'altre cose.

L'acqua da ò poco, ò nissuno nutrimento.

L'acqua difende l'huomo dalla troppa pienezza.

Quanto più loco occupa l'acqua nel corpo, tanto manco n'occupano li cibi.

Come l'acqua se put si putrefa nel corpo, purga le parti, per le quali passa.

Come ogni giorno mondifica tutte le parti del corpo.

Per qual causa gli animali, che beuono acqua sono più sani, & viuono più lungo tempo de gli altri.

Nota l'auttorità, che pare cõtraria a questa opinione.

Come s'intẽda la detta auttorità.

L'acqua gioua in questo, che fa la cottione de i cibi dentro, & fori meglio che il vino.

Qual regola si deue osseruar in beuer il vino.

Qual vino è al proposito per li vecchi.

Ciò che deue far il vecchio quando il suo solito vino ha fatto qualche mutatione ò nel odore, ò nel sapore.

Ciò che pronostichi questa mutatione.

Di quanto danno sia la siccità.

Ciò che ha da beuer in questo caso.

Quando il vino nō li piace, deue beuer acqua, quando torna à piacere, lo beua.

Nota per qual causa nō si deuon beuer varie sorti di vino.

Il vino è più vtile al vecchio, che nō è l'acqua.

Quando ha mangiato troppo deue beuer acqua, ò vino ben'inacquato.

Nota la causa di questo.

Li disordini che seguitano a quelli, che hauēdo mãgiato piu del douere beuono vini grandi.

Il vino ferma li cibi nel stomaco, & il dãno che da cio ne seguita.

Perche il vino giouа piu a vecchi, che alli putti, & alli giouani.

Ciò che deue far il vecchio per conseruarsi sano.

ligenza, che quando comprēderà, che il vino suo solito habbia fatto qualche mutatione è senz'alcuna causa manifesta, ò secondo il gusto, ò secondo l'odore, di non odorarlo, nè manco beuerlo; perche questa mutatione spesso mostra, che nel corpo è qualche indigestione, ò che ha da seguitare qualche putrefattione. Onde poi vi succede la siccità, la qual, se ben è di danno a tutte l'etadi, noce però molto più alla vecchiezza, che già di sua natura è secca. Et tratanto gli sarà di magior vtile beuer più presto acqua, che vino. Ma poi quando sarà giudicato soaue, & dell'istesso sapore, che haueа prima che paresse mutato, potrà di nuouo beuerne a suo piacere. Finalmente bisogna osseruar questa regola, che quando il vino non piace, deue beuer dell'acqua, quando piace, torni al vino. Et da questo si conosce chiaramente, che, per conseruar la sanità, & prolongar la vita, non si deuono beuere varie sorti di vini, ma vn solo; perche la lor varietà leua la facultà all'huomo di far questo giuditio. Et per questo casca pian piano in maggior disordine, ilquale, quanto più lungo tempo dura, tanto più difficilmente si cura. Et ben che per (parlar in generale) il vino è più vtile al vecchio, che nō è l'acqua, nondimeno quādo occorre ch'egli habbia mãgiato più del doucre, all'hora deue beuer acqua, ò almeno vino benissimo adacquato. Perche il caldo seguita la pienezza del cibo, κοιλία γὰρ πλησμένη (come dice Hippocrate) θερμήν cioè che il ventre pieno si scalda. Et da questo poi, se beue il vino, ò puro, ò con pochissima acqua, ne seguita la sete grande, dalla sete ne seguita maggior calor di prima, dal calore gran putrefattione, & poi notabile siccità, per la quale s'affretta la vecchiezza. Di più (come già hauemo detto) il vino ferma li cibi nello stomaco, li quali sono spesso in maggior quantità (per hauer forse l'huomo mangiato troppo) che non si possono tirar, dalle vene; & per questo, fermandosi nello stomaco più che non conuiene, si putrefa fuor di modo, come si conosce dall'odor cattiuo de' rotti che fanno questi tali; & da questo si radoppia la siccità, la qual poi fa affrettar la vecchiezza. Bisogna ancor sapere, che il vino giouа molto più a vecchi, ch'a fanciulli, & a giouani, perche anco mangiano manco d'essi; ma se mangiaranno assai, douеranno beuer tanto manco vino, quanto che li membri, che seruono alla concottione, & al nutrimento sono più deboli. Et così si può conoscere in qual modo si deue gouernare il vecchio, acciò che li cibi da lui presi presto non s'essicchino; ilche principalmente è molto al proposito per allongar, & conseruar la vecchiezza in sanità.

D'alcune

D'alcune altre cose, le quali particularmente prolungano la vecchiezza. Cap. VI.

IL secondo consiglio, che si da a vecchi, è che ogni giorno habbino il ventre lubrico, secondo però la quantità del cibo preso; perche da questo oltra che il ceruello, & tutto'l corpo si fa più vigoroso, & respira meglio, mentre che ogni giorno enacua li vecchi escrementi; inuita l'huomo a ristorarsi di nuoui cibi, li quali quanto manco hanno in se del secco, rispetto al nutrimento passato; tanto più humettano il corpo, & impediscono la siccità che non venga, la quale anco tarda a venire, quando s'habita in luoghi alti, & aperti; perche tutti quelli che habitano simili luoghi (si come è stato anco detto da gli antichi) tardi s'inuecchiano, & quelli che habitano li luoghi bassi, & paludosi, presto si fanno vecchi. Ha da vsar diligenza di non patir nè fame, nè sete, quando naturalmente gli è venuta, perche ne sentirà il danno che si vede nel corame, il quale, mentre che si ferma al medesimo grado di foco, prima si scalda, & poi s'essicca, all'vltimo si fa tutto rugoso, & crespo. Cosi fa il calor nostro, ancor che sia il medesimo, il quale se starà troppo senza cibo, essicca il corpo, & fa che la vecchiezza se ne vien ben presto. Nè manco bisogna satiarsi di cibi, perche da tal pienezza l'huomo sente, ò noioso caldo, ò che si sente lo stomaco acido, ò che fa rotti puzzolenti, ò che gli soprauien vomito, ò flusso di ventre; le quali cose ò tutte, ò parte essiccano, come si sa. Ne manco si deuono imitar quelli, che dicono esser bene a vomitar due volte al mese, perche il vomito è vn moto contra natura; il qual nuoce al petto, al ceruello, a gli occhi, & a denti; ne mai è vtile & conueniente se non quando si mette in vso per qualche gran male ò presente, ò che presto habbia da venire.

L'vtil che sente il vecchio quando ogni giorno ha il corpo lubrico.

Quelli che habitano li luoghi alti, tardi s'inuecchiano.

Il vecchio nõ deue patir, nè fame, nè sete, quãdo naturalmente gli è venuta.
Et nota l'essempio del corame.

Il danno che sente il vecchio dalla troppa pienezza.

Come il consiglio di quelli che dicono esser bene a vomitar due volte il mese, nõ è buono; & per qual causa.
Il dãno che segue dal frequẽte vomito.
Quando il vomito si può mettere in vso.

E' anco ben fatto, che li cibi, che si mangiano, siano più presto d'animali gioueni, che vecchi: li pesci nelli luoghi doue son buoni, & doue vniuersalmente si mangiano, & quelli che li mangiano, si mantengono sani; si deuono antiporre a tutti gli altri animali, pur che non ci sia qualche causa particulare, per la quale portino danno. Ma perche a Roma sono più spesso di danno, che d'utile, è bene a non mangiarne se non di rado. E anco da sapere che la carne de' quadrupedi giouani, è più sana, che quella de gli vccelli, perche è più secca; & per questa ragione

Come li cibi deuono esser d'animali giouani, & non vecchi.
Nota che li pesci son migliori de gli altri cibi.

La carne delli quadrupedi è più sana che quella delli vcelli, & perche.

Il dãno che seguita da cibi duri, & secchi, & l'vtil che seguita dalli molli, & humidi.

anco gli vccelli giouani son megliori, che li vecchi. In somma non bisogna nutrirsi di cibi duri, secchi, & difficili da cuocere, ma di molli, humidi, & facili a cuocere; perche questi, si come più facilmente si cuocono, così anco più presto si distribuiscono per il corpo, & li loro escrementi si cacciano fuori più facilmente. Onde ne seguita che, per consumarsi più presto, se ne piglia anco più spesso, & cosi di mano in mano dando il vecchio cibo luogo al nuouo, vien l'huomo più spesso ad humettarsi, & si difende dalla siccità, della quale ha tanta paura. Et per questo quasi tutti conoscono per esperienza, ch'è molto più vtile mangiar due volte il giorno, ch'vna sola, purche la natura non ne patisca; altrimente pigliando il cibo vna volta sola al giorno, è necessario che si raddoppi l'aridità totalmente contraria alla longhezza della vita, non solo perche la putredine s'augumenta, & per questo il corpo anco più s'essicca, ma anco perche il ventre si fa stittico. Ha poi anco d'auuertire di non mangiar copia di quelli cibi, che si fanno di farina non fermentata; perche, oltra che si cuociono con grandissima difficultà, generano anco succo, & poco, & molto denso, il quale ò da pochissimo nutrimento, ò che chiude gli orificij delle venes da quello ne seguita gran debilità; da questo ne può spesso nascere vna subita morte. E' anco vtile a fuggir l'embriachezza, la qual prima liquefà il corpo, & poi lo essicca. Ha anco d'auuertir di non porsi al foco cosi liberamente dopò il cibo, senza difendersi il capo, & tanto più, se sarà molto vecchio; perche il calor del foco attenua assai li vapòri del cibo, & di quel che si beue, scalda, & empie il ceruello più, & più presto che non conuiene; onde subito ne seguita vn sonno simile a quello, che patiscono l'embriachi, per la confusione delli spiriti; per il quale poi accade che l'huomo casca subito in terra, ò in qualche altro luogo, & si fa come apopletico con il sudor freddo. Essendo poi a tutti di danno dopò il cibo, ò scriuer, ò legger, ò ragionar forte, ne seguita molto peggio a i vecchi dopò cena, nel qual tempo non è anco senza pericolo drizzar il pensiero a cosa alcuna particolare, ancorche sia allegra; perche questi pensieri s'improntano nella mente del vecchio, come quello che mette troppa intentione alle cose; per la qual poi, ò perde il sonno affatto, ò se pur dorme, il sonno è molto trauagliato da quelli pensieri. Deue anco fuggir più che può, di pigliar medicine gagliarde, & spesse, & di farsi cauar sangue, & parimente procurerà di non prouocarsi spesso, & troppo sudore, nè di durar troppa fatica, nè manco di pigliar troppi fastidij; perche tutte queste cose diuertiscono la natura, & l'animo dal nutrimento, & lo fanno facile, & pronto a patir mali incurabili, ò che vi habbia da

L'vtil che seguita dal pigliar spesso noui cibi.
Per qual causa è piu vtil mangiar due volte il giorno, ch'vna sola
Il dãno che seguita dal mãgiar vna volta sola il giorno.

Nota il danno che portano li cibi fatti di farina nõ fermentata.

Come il vecchio deue fuggir l'embriachezza, & per che.
Come non si deue porre al foco dopo il cibo senza difendersi il capo. Et il dãno che seguita da questo disordine.

Come il vecchio non deue ne scriuer, ne legger, nè ragionar forte dopo il cibo, & manco dopo cena. Et il dãno che seguita da tale errore.
Per qual causa il vecchio nõ piglia sonno, o alcuno il sonno e molto turbato.
Come all'hora nõ deue drizzar il pẽsiero a cosa alcuna. & il danno che ne seguita.
Non deue il vecchio pigliar medicine, ne cauarsi sangue, ne fare altre euacuationi, & per qual causa.

seguir

seguir vna morte subitanea. Da questi mali, quando vi sono, si può il vecchio liberare, ò con il beuer a tẽpo debito vino puro, come di sopra habbiamo detto, ò con il mutar luogo, poi che si come la varietà delli cibi incita l'huomo alla fame, ancorche habbia lo stomaco debole, & senz'appetito, così la varietà de' luoghi che si veggono, scioglie facilmẽte l'animo di colui che già è legato da molti fastidij: & se per sorte n'hà vn solo, lo diuertisce, & lo drizza altroue; poi che spesso accade che, restando nell'animo le imagini delle cose viste di poco, mentre che replicano vna, & più volte la memoria sua, perche sono nuoue, fanno che l'huomo si scorda dell'imagini passate. La regola poi che commanda a vecchi che spesso rendano l'orina, non si deue osseruare, ma più presto gli sarà vtile a lubricar il ventre, perche più spesso si fa stittico, come dice Hippocrate; prima, perche il render spesso l'orina fa il ventre stittico, & poi, perche la natura in certo modo vien ad esser sforzata a cacciar fuori per questa via più spesso, che non conuiene li humori vtili al nutrimento del corpo; talche a questo modo l'huomo viene a farsi, & vecchio, & secco più presto che non si faria; perche si come li vecchi tirano con difficultà, & malamente cuociono il nutrimento che passa per le vene; così fanno più spesso l'orina, & mandano fuori per quella via, più che non si deuria, il detto nutrimento. Et per questo se beuono del brodo di gallina, ò simile altra beuanda, fanno l'orina, la qual euidentemente ha l'odore di quel che hanno beuuto. Et però se alcuno vorrà dar ogni giorno alli vecchi qualche cosa, che particolarmente prouochi l'orina, essendo già la natura inclinata a questo, è necessario che quella euacuatione si raddoppi, & che alcuni di quelli humori, che forse restando dentro, sariano andati in nutrimento, si euacuino fuori di tempo: & a questo modo con priuar il corpo del conueniente nutrimento, si affretta la siccità incurabile, che suol venir a vecchi. Nè manco è cosa vtile, per *prouocar l'orina a dargli il vino bianco, & potente, perche il fatto è altrimenti di quello che alcuni si pensano; anzi perche li vecchi son quasi sempre senza denti, & per tal causa mangiano poco, sarà forse bene a beuer vino di tal sorte, che faccia l'officio di cibo, & di beuanda, & per questo ha da esser rosso, & gagliardo, poiche altrimente non si potriano mantenere. Ma poi tal sorte di vino è molto pericoloso a quelli che mangiano assai, perche passa presto per le vene, & empie, & satolla in vn subito le parti bisognose, & lassa il resto del cibo (ilqual è molto più che l'altro) nel ventriculo, come abbandonato dalla natura, doue acquistando magior putredine produce vn'ardore assai intenso, & fastidioso. Et per questo li decrepiti, che be-*

Come si liberi il vecchio da questi mali.

Come la varietà de' luoghi libera l'huomo da fastidij

Come le cose nouue fanno scordar le cose passate.

Come il render spesso l'orina nó è sana cosa alli vecchi & per qual causa.

Come il prouocar l'orina è di dãno alli vecchi.

Come il vino bianco, & potente non è d'vtile alli vecchi.

Come il vino rosso, & potente è sano a vecchi, che son senza dẽti: ma è poi mal sano a quelli che mãgiano assai.

Per qual causa li decrepiti sentono ardor di stomaco.

Come li vecchi de uono fuggir li cibi lenti, & grossi, & qual danno ne seguiti.

Come il vino molto rinfrescato è di danno a vecchi.

Come communemente gli huomini s'ingannano in trouar la causa delli mali.

uono simil vino, sempre & di continuo si lamentano dell'ardor dello stomaco. Hanno di più li vecchi d'auuertir di non empirsi troppo di cibi lenti, & grossi, come sono lumache, cascio, anguilla, & tenca, & simili altri; perche chiudono l'orificio delle vene, per le quali passa il succo dal ventriculo all'altre parti, & non lassano nutrir il corpo. Parimente hanno da procurare che quello, che beuono, nõ sia troppo rinfrescato, ò con la neue, ò con qualche altro ingegno; poiche con reiterar spesso questa beuanda tanto fredda, se non in vn subito, almeno pian piano resta estinto affatto il calor del vecchio, che già è molto debile; la qual cosa non s'auuertisce, perche communemente gli huomini, pigliando con poca consideratione vna causa per l'altra, & parimente ingannati dal desiderio di quel che tanto bramano, & vogliono; pensano che l'estintione del suo calore venga non da questa, ma da qualch'altra causa.

Il sale, & le cose salate non conuenir a vecchi. Cap. VIII.

Come li vecchi de uono schifar il sale; & li salumi. Et nota come alcuni Medici contradicono a questa opinione.

Come la falsa interpretatione di Galeno e stata causa di questo errore.

Come costoro intendino le parole di Galeno:

Come la verità è che le cose non salate son piu sane a vecchi che le salate.

Il danno che portano li cibi salati a tutti.

E'ANCO necessario schifar il troppo sale, & tutti li salumi; della quale opinione ancor che io sappia, che son molto biasmato da alcuni Medici, mi risolvo però di far più conto dell'utilità de gli huomini, che hauer paura delle ingiurie di costoro, fattemi a torto; il che ho voluto auuertir in questo luogo particularmẽte, acciò che quelli, che hanno da venir dopò noi, non s'ingannino, come hanno fatto questi per il passato, il che sarà con gran danno delli vecchi. Poi che costoro con la falsa interpretatione di Gal. nel quinto di conseruar la sanità, parlando del viuer de' vecchi, sono stati potentissima causa, che anco molti altri habbino grauemente errato; le parole di Gal. sono queste τὰ δὲ παρηυθύσμα πάντα τῶν προσφάτων ἀμείνω. le quali parole essi intẽdono a questo modo, cioè tutte le cose salate sono migliori, che le fresche; per le quali parole, tutti li Medici ch'io habbia conosciuto, ò letto, giudicano con l'auttorità di Gal. che tutti li cibi salati sono molto più sani alli vecchi, che li freschi. Il che però è tanto lontano dalla mente di Gal. dall'esperienza, & dalla ragione, che il suo opposito è totalmente vero, cioè che le cose non salate son più sane a vecchi, che le salate. Poi che s'è vero, che tutte le cose salate essiccano, che facciano mal habito, & causino prorito, alli quali mali tutti li vecchi sono inclinati, come dice Hippocrate nel terzo delli aphorismi, quale è colui (se non è pazzo) che

habbia

habbia ardir d'affermare, che le carni ſalate ſono più ſane a vecchi, che le freſche? & tanto più, perche da l'vſo di queſti cibi li vecchi ſentono ogni giorno danni notabili, come ſono cattarri, toſſe, difficultà d'orina, & altri mali? Et a queſto modo ſi conoſce che la ragione, & l'eſperienza è contraria all'opinione di coſtoro. Ma che queſta non ſia mente di Gal. colui che ha punto d'intelligenza della lingua Greca, conoſcerà beniſſimo, che la parola παρηχυθέντα non ſolo ſignifica le coſe ſalate, ma anco le coſe conſeruate. Tal che in queſto luogo è tanto più ragioneuole interpretar conſeruate, che ſalate, quanto maggior, & più chiara corriſpondenza hanno le coſe freſche con le conſeruate, che con le ſalate; & quanto maggior contrarietà hanno le coſe vecchie con le nuoue, li cibi ſalati con quelli che non hanno ſale, & con le coſe inſipide le quali s'oppongono con più ragione che non fanno le nuoue, con le ſalate. Poi che queſta parola conſeruate non ſi deue accomodar a tutte le coſe, che ſi conſeruano, perche gli oui freſchi ſono più conuenienti a li vecchi; che non ſon quelli che ſi conſeruano per molti giorni; ma a quelli cibi ſoli, che, per eſſer conſeruati il tempo conueniente, vengono a farſi più vtili, & grati a vecchi, non ſolo per eſſer ſuaui al guſto, ma anco per eſſer più facili da digerire, che non ſono li cibi noui, & freſchi; & di tal ſorte ſono li fagiani, & le galline, quando ſon conſeruate ſin a certo tempo; perche hauendo li vecchi il calor, & li denti debili, & che gli mancano, le coſe che da Gal. ſi chiamano conſeruate, ſi deuon intender quelle che vulgarmente ſi dicono frolle, poi che tal ſorte de' cibi ſon ſaporiti a vecchi, & più facili da ſminuzzar, & da cuocere, che nō ſon quelli che ſon freſchi; & coſi ſi conoſce che la mente di Gal. in queſto luogo non è di antiporre per il viuer delli vecchi le coſe ſalate, ma le coſe conſeruate, acciò che s'infrolliſcano (che poi ſi chiamono frolle) alle freſche, le quali ſono dure, & difficili da cuocere, & da ſminuzzare. Et tanto baſta ſopra queſta difficultà. Hora torniamo al propoſito noſtro.

Qual dāno in particolare portino li cibi ſalati alli vecchi.

Nota ben il pūto, con il qual ſi riſolue queſta difficultà.

Maggior corriſpōdenza hanno le coſe freſche con le conſeruate, che cō le ſalate.

Come queſta parola cōſeruate nō s'accōmoda a tutte le coſe, che ſi conſeruano.

Quali ſono li cibi che per eſſer conſeruati ſono migliori.

Come li cibi che da Galeno ſi chiamano conſeruati ſono quelli che volgarmēte ſi chiamano frolli.

La vera eſpoſitione di Galeno in queſto fatto.

Di quelle coſe, che giouano a vecchi. Cap. VIII.

GIOVA anco ſommamente a vecchi non vſar il coito, eccetto forſe ſe ſi ſentono molto, & ſpeſſo ſtimulati a queſto, ſenza però eſſer ſpinti da alcuna cauſa eſteriore; il che non accadendo, non lo deuono

Nota che il coito è di danno a vecchi, & quando pure ſi può vſar ſenza danno.

Il dãno che seguita dal coito ne' vecchi.

deuono fare, poi che il coito non vsato a tempo, consuma il miglior nutrimento dell'animale; per la qual cosa il calor naturale si consuma molto più presto, che non comporta l'ordine della natura.

Come si deuono contemperar i fastidij ne' vecchi.

Li fastidij dell'animo, quando sono continui, si deuono contemperar con l'intrometter qualche honorato trastullo.

Deue il vecchio pigliar più cibo che può, & fin'a qual termine deue farlo.

Deue il vecchio ogni giorno pigliar più cibo che può; purche però si cuocia bene nello stomaco, & si distribuisca anco bene per il corpo.

Deue ogni giorno far quel essercitio che può.

Et ambedue queste cose gli riusciranno, se sempre ogni giorno farà quell'essercitio, che potrà, poi che essendo il calor del vecchio debile, si fa anco più debile, se non è mosso, & suegliato dal frequente essercitio;

L'vtil che nasce dall'essercitio ne' vecchi.

& la facultà di tirar il nutrimento per il corpo, la quale ogni giorno vien meno, s'intorpidisce, se non è parimente suegliata da l'essercitio, per la qual cosa il vecchio è sforzato a pigliar manco cibo; & da questo poi assuefacendosi a non nutrirsi, ben presto si smagrisce, & si consuma.

Il dãno che nasce dal non farsi esercitio da vecchi.

Per il contrario con l'essercitio, & massime fatto all'aperta, il capo, & il petto mirabilmente s'espurgano: con l'atrattione, & espulsione continua del nuouo aere, li spiriti si purificano più, si fanno più allegri, & più gagliardi; & appresso si euacuano le superfluità, che sono sotto la pelle, & fra poco, per quel moto, la carne sottoposta si gonfia, & gionfiata

Molte, & diuerse vtilità che seguitano dall'essercitio.

Nota la causa, dal la quale s'eccita la fame.

tira dalle parti vicine, & queste da le altre; & cosi di mano in mano tãto, che l'atrattione arriua allo stomaco, alla cui giunta s'eccita la fame; per la qual cosa poi si piglia il cibo, il quale se sarà assai copioso, pur che non sia troppo, inalza il corpo dello stomaco, & fa star aperti li orificij delle vene, li quali, ancor che non siano ben'aperti, & che la virtù atrattiua del vecchio sia alquanto debole; nondimeno per essersi alquanto più dilatati, & l'humore, che iui si troua, fatto alquanto più sottile, passa più facilmente, & di più è tirato meglio dai membri, per esser già in gran parte euacuati per l'essercitio fatto da prima, & appresso si distribuisce largamente per tutto'l corpo. Onde ne seguita poi che il corpo del vecchio si mantien sano, vigoroso, & forte.

L'vtil che porta il cibo copioso nel stomaco.

Come l'essercitio aiuta il cibo, & il cibo aiuta l'essercitio.

Et a questo modo l'essercitio aiuta il cibo, & il cibo aiuta l'essercitio, come se fosse vn circolo. Talmente che il mangiar bene, & far molto essercitio non solo è di giouamento a prolongar la vecchiezza, ma ancora a conseruar la sanità, come se l'vno fusse causa dell'altro, & l'altro dell'vno; poi che se faremo grand'essercitio, giouarà a mangiar bene, & se mangiaremo bene, potremo ancora far grand'essercitio.

Ciò che s'ha da fare, quando non si può far essercitio.

Ma se per qualche impedimento necessario, non potremo far essercitio, in luogo suo vsaremo le fregagioni inanzi il cibo, rotonde, breui, & mediocri;

mediocri; poi che si come li corpi, che si riposano facilmente, si corrompono, & quelli che si mouono, si mantengono meglio, come si conosce chiaramente con l'essempio dell'acqua che corre, & che si ferma; perche questa quasi subito si putrefà, & quell'altra corre di continuo netta, & sincera; cosi il vecchio se starà in continua quiete, & non si moua, essendo la vecchiezza spetie di putredine, con aggiunger putredine a putredine, si putrefarà ancora più, & insieme ancora s'essiccarà fuor di modo. Ma se farà essercitio conueniente, si conseruarà sano più lungo tempo.

Come l'acqua che si ferma, si corrompe, & quella che si moue, si conserua. Il danno che segui ta al vecchio, se stará in continua quiete.

L'vtil che seguita dall'essercitio.

E' anco di grand'vtile a dormir la notte; & se questo non si può fare, almeno star a riposo con gli occhi chiusi per il spatio di noue hore, acciò che il corpo, che di natura sua è inclinato ad essiccarsi, con il riposo, ò in qualche parte s'humetti, ò almeno patisca manco risolutione: perciò che il sonno, che dura il debito tempo, si come gioua mirabilmente alli fanciulli, cosi gioua ancor a vecchi, a quelli gioua, perche gli sumministra l'augumento; a questi poi, perche gli leua la causa del sminuirsi. Talmente che, si come l'huomo può prouocar il sonno senza danno, cosi può ancora far essercitio, pur che però ne seguiti stracchezza senza debilità, poi che anco da questo si prouoca il sonno. Dopò cena sarà bene a pigliar ouero vn poco d'anisо dolce, ouero cinque, ò sette mandole dette ambrosine. Ne in questo caso mi piace la lattuca per prouocar il sonno, per esser molto pericolosa a vecchi (con tutto che gli altri tanto la lodino) poi che, oltra che è freddissima inanzi che habbia il succo (si come dice Hippocrite, ò altro Auttor antico) è anco causa di notabil debilità al corpo; & ambedue queste cose sono molto contrarie a vecchi. Il dormir loro non deue essere nelle camere fatte in volta, per che non riceuono l'humido, che vi entra, nel modo, che lo riceuono le Camere fatte con le tauole; tal che resta di dentro, ò in mezo, ò in qual che altro luogo, saluo se sono coperte di tauole di store, ò di panni, ò di qualche altra simile materia, poi che, non essendo l'humore, che iui è entrato, consumato, nè tirato da muri di quella camera, è necessario, che sia tirato per via della respiratione da colui, che iui dorme, perche di continuo tira aere a se. Onde ne seguita che li spiriti suoi si fanno più grossi, & più densi, & il capo anco s'empie fuor di modo. Ma queste cose, & molte altre peggiori, che nascono da questi errori, non s'auuertiscono, perche non seguita danno alcuno euidentemente in vna notte sola, ma in molte, & molte volte. Del giorno poi deue di continuo star suegliato, eccetto quando è solito a dormire, & più spesso

Deue il vecchio dormir di notte; & ciò che ha da far non potendo dormire.

La differenza con laqual il sonno gioua a vecchi, & a giouani.

Come dall'essercitio si prouoca il sonno.

Ciò che ha da pigliar il vecchio dopo cena.

Nota che la lattuca è pericolosa a vecchi, & come.

Come il vecchio non deue dormir nelle camere fatte in volta, & perche

Come le camere foderate sono più sane, che quelle che son nude, & perche.

Nota il danno che sente quello, che dorme nelle camere nude. Il danno che non seguita subito, nō s'auuertisce.

star

Deue il vecchio star più presto in piedi, che à sedere; & perche.

star in piedi, & mouersi, che riposarsi, & sedere; acciò che con il non dormire, & con l'essercitio le superfluità che abondano principalmente nel vecchio, parte si consumino, & parte si caccino fuori più facilmente per li meati della pelle, & per altre vie. Et questo è molto necessario a dar forza, & a prolongar la vecchiezza, come di sopra hauemo detto.

Come l'huomo p tutta la vita in fin dall'infantia si de ue guardar da gli errori.

In somma sarei d'opinione, che l'huomo si sforzasse, incominciando dalla giouentu, anzi se fusse possibile, ancora da l'infantia, & passando per tutte le altre età, di non commetter mai (quanto è possibile) alcun errore, per il qual, ò l'animo, ò il corpo habbia da patire alcuno eccesso. Perciò che, si come si vede, che li sassi, ancor che siano durissimi, al lungo andar, & con il tempo quasi come che se s'inuecchiassero, spontaneamente si frustano, & si rompono da quella parte principalmẽte, doue son stati posti in opera, ò che son stati stretti con qualche ferramenti, ò altri instrumenti; cosi la natura scopre al fine nella vecchiezza li graui errori fatti nell'età passate, come se fossero piaghe profonde.

Nota l'essempio de sassi.

Come nella vecchiezza si scoprono gli errori fatti nell'età passate.

Come per queste regole non si può fuggir la morte, ma si viue più lungo tempo, & in più sanità.

Se alcuno osseruarà con diligenza queste & simili altre regole, non potrà già fuggir che non moia; ma, si come potrà al sicuro passar la vita assai più gagliardamente, che molti altri non habbiano fatto per il passato, & anco prolongarla più inanzi di quello che si veda hoggidì in effetto; così quando gli sarà riuscito, & l'vno, & l'altro, se ne rallegrarà sommamente, conoscendo d'esser stato tanto fortunato. Il uecchio poi, il qual, per non hauer denti, non può mangiar assai, perche l'età sua non si può allongar molto, quando viue troppo sobriamente: se il capo è forte, a pasto non beuerà acqua, nè vino adacquato, nè manco vino piccolo, che non comporti acqua, ma potente, & puro; acciò che quello, che manca per la pochezza del cibo, si supplisca con la bontà del vino.

Qual vino deue beuer il vecchio, che non ha denti.

Quello che ha da far il vecchio, quãdo si sente vn dolor infondo al petto.

Se poi anco hauesse denti, gli conuerrà con diligenza osseruare, se nel fianco dritto a canto all'osso di mezzo il petto, sente ò grauezza, ò puntura, ò qualch'altra molestia simile alla morsicatura; perche subito che sente tal cosa, ha da pensar molto bene a quello, che ha mangiato fuori del solito, ò contra il solito, & quanto ne ha mãgiato, & si guardarà nell'auuenire di non mangiarne più, & anco di mangiar manco dell'altro cibo; ma più presto beuerà alquanto più, acciò che il nuouo humore si possa mescolare con quella materia, che già è corrotta.

Nota l'opinion vana d'alcuni Medici per allongar la vita.

In questo luogo non posso mancare ch'io non dica, che alcuni Medici son d'opinione, che tra li principali rimedij di prolongar la vecchiezza, è la carne di ceruo, perche viue longo tempo; il sangue humano stillato,

per-

perch'è molto simile alla natura humana; li pignoli, perche con la sua lèta pinguedine fomẽtano, & ristorano l'humido naturale; & così l'oro potabile, la carne, & il sale della vipera, la Teriaca, & simili altre cose. Ma credo che siano in errore, perche questa opinione non è fondata in alcuna esperienza, persuadendosi di prometter, & di prouar tal cosa prima che ne habbiano fatto alcuna proua. Et perche scriueuano le sue opere a complacenza di diuersi Principi, mi pare che'l giusto haueria voluto, ch'essi, d'ordine di quelli Principi, hauẽssero fatto la proua in se stessi di tali medicamenti, prima che li proponessero ad altri; perche se cosi hauessero fatto, credo certo che non haueriano mai posto in scritto tali precetti, perche con il metter in vso questa sorte di medicamenti, sariano morti prima c'hauessero potuto conseguir alcuno di quelli effetti, che essi vanamente sperauano. Perciò che alcuni di questi rimedij sono totalmente vani, alcuni sono pericolosi. Tra li vani è la carne di ceruo, il sangue humano, & li pignoli. Ne sò per qual ragione questi non habbiano proposto anco il latte humano, la carne di ceruo, & di altri animali con il sangue suo, che viuono lungo tempo, & le mandole dolci; oltra che il sangue humano ha virtù molto differente, mentre ch'è nel corpo, da quella, che acquista quando è preso per bocca: parimente li pignoli, essendo di succo grosso, & copioso, & difficili da cuocere, se pur ristorano l'humido naturale, cosa che appresso a me è dubbiosa, lo ristorano almeno con grandissima fatica, & tutto quel, che si fa con fatica, non può esser per inclinatione naturale, talche li pignoli non potranno far l'effetto, che si dice; di modo che essendo l'humido naturale mantenuto per l'alimẽto, quanto più di bona natura, & più simile all'huomo sarà l'alimento, come è quello che si piglia dalle buone carni, & dalli oui, tanto meglior che li pignoli, ristorarà, & conforterà l'humido naturale. Oltra di ciò quanto più sono differenti dalla natura dell'huomo, & si cuocciono nello stomaco con più difficultà, tanto manco de gli altri infiniti cibi potranno ristorar l'humido naturale. Lasso per hora da canto che son della natura di resina, & inducono nel ventriculo caldo grande, come fanno anco le mandole dolce. Ma se per vn pezzo saranno infusi nell'aqua (come alcuni vogliono) lassano del tutto la virtù abstergente, con la quale portano gran giouamento, & con la quale consumano gli humori acquosi. Ma queste cose son vane, & di nissuno valore.

Come alcuni Medici antichi scriuenano a complacẽza de Principi. Et ciò che gli conueneua fare.

Questi rimedij alcuni son vani, alcuni pericolosi, vani son la carne di ceruo, il sangue humano, & li pignoli, & perche.

Nota che li pignoli, o non ristorano l'humido naturale, o lo ristorano con fatica; talche l'autor conclude che non sono tanto sani, come si crede.

Nota vn'altra ragione contra li pignoli.

Tra li medicamenti pericolosi è l'oro potabile, perche l'huomo non può cuocer l'oro, & con la sua grauità, & massime essendo preso spesso, preme talmente il fondo dello stomaco verso le parti d'abbasso, che lo fa quasi

Li rimedij pericolosi sono l'oro potabile, & per qual causa.

Il dãno che porta l'oro allo stomaco.

Nota che le carni di vipera son pericolose.

In qual modo le carni di vipera portano danno.

Nota che la Teriaca è pericolosa, & di danno.

In qual modo la Teriaca porta danno.

vna sentina, & ricetto di tutti gli escrementi, alche con il tempo ne seguita notabile putredine, & difficil da leuare. Sono anco pericolose le carni di vipera, perche oltra che il loro vso continuo fa diuenir l'huomo cieco, affrettano ancora la vecchiezza inanzi al tempo, & all'vltimo causano la morte, poiche mentre che inalzano, & gonfiano il corpo humano con il suo veneno, non lassano intanto che l'huomo pigli bene il solito nutrimento. La teriaca poi, se spesso sarà presa, nissuno si può assicurare che non gli sia di danno, come quella che spesso confonde l'intelletto all'huomo, & per molti simplici, con li quali si compone, che sogliono empire il capo, & anco per li trocisci fatti di carne di vipera. Talche quando spesso si prende, prima fa l'huomo come embriaco, poi pien di sonno, & poi gli leua affatto il sonno; all'vltimo lo fa impazzire; ma di questo parlaremo vn'altra volta. Sin qui hauemo trattato del modo di conseruare, & prolongar la vita, resta che per più compita dichiaratione delle cose dette, discorriamo alquanto di nuouo, & breuemente sopra l'acre, sopra il moto, & la quiete, sopra'l mangiar, & il beuere, & sopra tutte quelle cose, che son chiamate da Medici non naturali; oltra di questo vi aggiungeremo alcuni particulari, li quali, se ben sono molto più communi, che quelli che risguardano particolarmente gli huomini che habitano questa Città; nondimeno perche giouano infinitamente anco a questi, & noi hauemo osseruato l'istesse cose in questa Città; con buona gratia di quelli, che hanno da legger il presente libro, scriueremo breuissimamente ancor questo.

Dell'aere, in quanto che li Medici lo mettono tra vna delle sei cose non naturali. Cap. 1 X.

Done è il miglior aere di Roma.

Il sito che guarda verso Tramontana è il miglior di tutti.

Come l'aere sano si fa mal sano.

IL miglior aere adunque che sia in Roma (pur che non vi sia qualche sito particolare che resista a questa regola) è quello che si troua ne' mõti, ò nella parte più alta delle case, & che è percosso da ogni banda da venti, & che in particulare risguarda verso tramontana, & per via libera, talche possa quel vento passar verso mezzo giorno senza difficultà; perche se sarà chiuso, & che non possa passar liberamente, ancor che sia di sua natura sano, con il tempo si corrompe, & si fa mal sano, eccetto però se sarà spesso percosso, & illustrato dal sole, poi che la presenza

senza del sole rinoua, & purifica in ogni luogo, l'aere. Per il contrario quando l'aere passa da vn luogo all'altro, si fa più puro, & più sottile, empie manco il capo, fa il corpo più leggiero, non causa vertigine, nè stordimento d'orecchie, nè manco fa il corpo pigro, ò stracco. Quello che si parte dall'alto, quanto più viene al basso, tanto più si fa cattiuo, & con la sua densità, & grossezza, muoue, & accresce tutti li sudetti mali. Et per questo ancora, l'aere caliginoso quãdo và al basso, noce fuor di modo, come quello che leua la virtù dell'vdito, empie il capo, causa vertigine, & catarri; poi che in questa Città l'aere, che si troua ne' luoghi bassi, si fa quasi tutto simile al vento Austro, & quello che stà nelle parti più alte, si fa parimente simile alla Tramontana, talche quanto più la Tramontana è differente dall'Austro in bontà, tanto miglior è l'aere di sopra in questa Città di quello da basso. Vi aggiungo, che, si come ne' luoghi alti l'aere di continuo si moue per il vento che spira d'ogni intorno, così ne' luoghi caui, & bassi sta fermo. Et già si sa, che le cose, che si riposano, facilmente si putrefanno, & quelle che si mouono, patiscono ò poco, ò niente tal alteratione, come si vede nell'acqua che corre, & in quella, che è chiusa. Però, poi che l'aere ne' luoghi alti è più sano, che ne' bassi, è manifesto che li alti sono molto megliori, che quelli che sono a terra. Et però è cosa mal sana a Roma habitar li luoghi terreni, si perche iui l'aere è più grosso, si anco perche la terra è molto humida; & per la medesima ragione ancora è molto mal sano habitar nelle stanze vicine alli horti alti, li quali fanno il medesimo effetto, che la terra. L'aere della sera è più pericoloso l'Inuernata, che l'Estate, perche, essendo più freddo, & più denso, empie fuor di modo il capo, & il petto; & appresso suol causare obstruttioni, catarri, tossi. Ma se il cielo sarà coperto di nuuole, ò che minacci piogia con freddo, è sempre molto più cattiuo, tanto d'Inuerno, quanto d'Estate; ma d'Estate in particolare è sempre tanto più cattiuo a canto al Teuere, quanto che si fa maggiore, & più subita mutatione dall'aere caldo, & raro, a quello che già è fatto grosso, & freddo, per li densi, & freddi vapori nati dal fiume, & massime quando troua li corpi quasi nudi, ò almeno con pochissime vesti; nel qual tempo accade, che hora gli occhi, hora le orecchie per l'alteratione che patiscono dalla dēsità, & grossezza di questo aere, corrono qualche volta pericolo, quelli di farsi ciechi, & queste di farsi sorde. Oltra di questo l'aere della sera l'Inuernata, & quello della mattina l'Estate, per il troppo gran freddo, noce a quelli, che sono feriti in testa, se a quell'hora saranno medicati, più che d'ogni altra hora. Et se occorre, che l'huomo nell'vscir d'vna stanza ben calda, s'esponga

L'vtile che porta l'aere, che passa dà vn loco all'altro.

Come l'aere che scende, è di dãno.

Il danno che porta l'aere caliginuso.

L'aere ne' luoghi bassi è simile all'Austro, & ne gli alti, è simile alla Tramontana.

L'aere ne' luoghi bassi sta forte, & ne gli alti si moue, & però è più sano.

L'habitar ne' luoghi terreni a Roma è mal sano, & per qual causa.

Le stãze vicine alli horti alti son mal sane

L'aere della sera è più pericoloso l'Inuerno, che l'Estate, & il danno che porta.

L'aere vicino al Teuere è più cattiuo che l'altro.

Quando gli occhi, & l'orecchie corrono maggior pericolo.

L'aere della sera l'Inuernata, & della mattina l'Estate noce alle tenere di testa.

Il danno che segue dall'vscir da luoghi chiusi nell'aere freddo.

all'aere freddo in questo tempo, se gli chiudono li meati della pelle già troppo dilatati per il primo caldo. Onde poi ne seguita gran lesione del ceruello, & del polmone, & molti altri mali, che sogliono seguir da questa causa, tra quali è il catarro principalmente. Da quali mali se alcuno si vorrà difendere, sarà necessario, che prima che esca ne' luoghi aperti, si fermi in vn' altro luogo, sin tanto che la pelle pian piano raffreddita ritorni al suo primo stato. Nell'vscir poi, perche il petto, & il capo saranno ancora caldi, s'auuertirà di non correre, nè di parlar troppo, ma procederà lentamente, & tacitamente, acciò che questi membri non tirino a se troppo aere freddo. Et si come al tempo dell'Estate bisogna con diligenza osseruare il freddo della mattina, & massime inanzi che leui il sole, & della sera, dopò ch'è tramontato, & il vento leggiero, ch'è a canto al fiume, così di giorno, quando è nebbia, & che qualche volta si vede il sole, non bisogna fidarsi di quel tempo, il quale, per esser hor caldo, hor freddo (come disopra hauemo detto) è la potissima causa in questa Città di generar catarri, & distillationi; così ancora bisogna fuggir il caldo d'Estate, & tanto più dopò pasto, nel qual habbia beuuto vino; & la Luna d'Inuerno, massime inanzi la congiontion sua con il sole. Tal che se alcuno temerà di star al sole, ò inanzi, ò dopò il cibo, se vorrà mangiar cibi solidi in grande abbondanza, sarà bene che costui beua acqua, & lassi il vino; poi che la copia del cibo con il caldo del sole empie bene il capo; ma congiunta con il vino, non solo è causa di gran dolore di testa, ma qualche volta ancor di febre.

Nõ deue l'huomo parlar troppo, ne correr in questa hora, & perche.

Come l'Estate bisogna guardarsi dal freddo della mattina, & della sera, & dal vento leggiero a cãto al fiume.

Come bisogna guardarsi dal sole quando il cielo è mezo coperto di nuuole, & perche.

Bisogna fuggir il caldo d'Estate massime dopò c'ha beuuto vino, & la Luna d'Inuerno massime inanzi la cõgiuntione ne con il sole.

Anzi l'Estate se tutto il giorno sarà sereno, & che non spiri vento, perche l'aere non si può rinfrescare così presto, ancor che il sole tramonti, ma per la sua grossezza, & densità, con la giunta anco delli vapori, che si leuano dalla terra quasi bollente, ritiene il caldo, fin che la notte comincia a declinare; non deue alcuno, se non è più che sforzato, andar per la Città con animo di pigliar qualche recreatione (come si suol fare) nè manco fuori per li luoghi vicini nè a piedi, nè a cauallo, non solo, perche in quel tempo non si può pigliar alcun piacere; ma ancora perche da questo essercitio ne seguita spesso strettezza di petto, vertigine, difficultà di respirare, & simili altri mali; & massime a quelli, che sono soliti a patirli. Ma nel spuntar dell'Aurora, perche il caldo fastidioso s'è partito, & in suo luogo è succeduto il fresco, l'aere, si come prima era molesto, così si fa suaue, & giocondo. Il medesimo sarà ancora la sera, se spirarà qualche vento piacevole, come è Ponente, ò Maestro; poi che all'hora l'aere non può esser se non

Come l'Estate l'aere resta caldo, quando non spira vento, & è sereno fin'a gran parte della notte.

Non deue alcuno andar in volta all'hora.

Li mali che seguitano per andar in volta all'hora.

Come in quel tẽpo l'aere della mattina è molto sano & piacevole.

Quando l'aere della sera è sano l'Estate.

sano.

sano. Bisogna anco sapere, che quando le case hanno le fenestre, che si risguardano di rimpetto l'vna all'altra, ò che quello aspetto sia da Tramontana a mezo giorno, ò da Leuante a Ponente; sarà vtile, quando l'huomo si veste, dopò che il sole è leuato, se si fermarà alquanto ad vna di quelle fenestre, che risguardino, ò verso Tramontana, ò verso Ponente, con auuertir però, che le altre siano chiuse, poi che a questo modo, hauendo in quell'hora aperti tutti li meati, tirarà a se l'aere più puro.

Quando l'huomo nel vestirsi la mattina deue star alle fenestre, & in qual modo, & qual vtile ne seguita.

Quando poi non soffia vento alcuno, l'aere della villa, & delle vigne è sempre più pericoloso, che quello della Città; perche in quelli luoghi è sempre denso, grosso, & come acqua di paludi; questo si purga da fuochi delle case, da suoni delle campane; si rompe, & s'assottiglia dalla frequenza de gli huomini, de i caualli, & de gli altri animali. Ma l'Estate se Aquilone, ò Ponente spirarà, ancor che l'aere delle vigne non sia mal sano, suole però spesso nuocere, perche gli huomini mutano la consuetudine del viuer in ogni cosa. Et prima s'espongono al sole fuor di tempo, fanno molte cose fuori del consueto, mangiano, & beuono assai, & cibi insoliti, & anco fuor di stagione; la sera nel tramontar del sole cenano a lo scoperto, & dopò cena, ancor che sudino, passeggiano per la vigna, & poi se ne ritornano a casa; & a questo modo non è l'aere che gli nocia, ma sono quelli disordini, che fanno. Ma in qualunque tempo dell'anno regnarà l'Aquilone, il giorno seguente sarà sempre più sano, & più sicuro, che quello, nel quale regnarà la Tramontana; ma quando sarà, ò nuuoloso, ò caliginoso, sarà bene, ò lassar del tutto'l vino, ò beuerlo molto ben adacquato; poi che l'aere grosso genera nel ceruello li spiriti egualmente grossi, & appresso li conturba, & empie il capo, & il vino con il suo vapore accresse tutti questi mali.

Quando l'aere delle vigne è più pericoloso, che quel della Città, & per che.

In qual modo l'aere della Città si purifica, & si fa più sano.

In qual modo l'aere delle vigne noce, & si fa mal sano. Et nota gl'errori che si fanno alle vigne.

Come l'aere delle vigne non noce, ma li disordini, che iui si fanno.

Quando si deue lassar il vino, o beuerlo bē adacquato.

In qual modo il vino noce in questo caso.

Bisogna anco all'estate schifar li luoghi maritimi, che sono vicini a Roma, com'è Ostia, Porto, la Magliana, Palo, Ciuitauecchia, perche l'aria di quelli luoghi grasso, denso, & caldo, empie fuori di modo il capo di quelli, che all'hora vi vanno, circondandoli spesso la testa d'vn dolore, che passa dall'vn'orecchia all'altra, per il fronte, & per la parte di dietro, onde spesso ne seguita la febbre, & qualche volta ancor pericolo di morte: la causa poi della grossezza, & della densità di quell'aria, procede dalla vicinità del Mare, il quale stendendosi in quella gran pianura, fin'all'vltima sua superficie, penetra in abondanza grāde sotto terra, & con essa si mescola, onde poi l'aria, che ne riesce, è tanto più cattiua, quanto che la mistura del Mare, & della terra è più grossa,

Quali sono li luoghi maritimi, che s'hāno da schifar l'Estate.

L'effetto cattiuo che fa l'aria di questi luoghi in tal tempo.

Nota onde procede la causa della densità di quell'aria.

Per qual causa tutta quella terra è sempre humida.

sa, per la qual cosa tutta quella terra, ò poco manco, è sempre humida, & quasi simile ad vna palude, poi che in quello paese, poco sotto di terra, non ci è la giara, come indurata dalla calce, a guisa di pezzi di pietre, incolati insieme, ò simil materia, che prohibisca, che il mare non vi entri, come si troua nella maggior parte dei luoghi vicini al mare, nè manco vi sono monti alcuni, li quali con gran larghezza, resistano al mare, che non vi entri, come si vede a Genoa, & a Napoli, doue li monti vicini posti all'incontro, con le sue radici, impediscono quello gran pelago, che non penetri dentro vn pezzo sotto terra, tal che essendo quel terreno tanto mollificato dalle acque del mare, che sotto terra si fermano, & non possono scorrere quà, & là, come fa il Mare nel flusso, & risflusso, ma iui di continuo si fermano, & si mescolano con la terra, & quasi si corrumpono, dai quali può bene il sole eleuare, & tirar in alto molti vapori, ma poi non li può, nè rissoluer, nè manco purificare, perche tanta è la copia dell'acqua del Mare, che di continuo corre, & moltiplica, che quanto più vapori si leuano, tanto più materia di generarne, vi nasce: per la qual cosa cascando cosi facilmente per la sua densità, a terra, non è poi marauiglia, se, cascandosi adosso l'vno, all'altro, si condensano più, s'ingrossano più, & finalmente si fanno più graui, & non solo son graui, perche nascano da terra, ma anco, poi che son saliti in alto, non si possono purificare, & a pena saliti da terra, quasi subito di nouo cascano, comprimono se stessi, & si condensano, onde poi l'aria è sempre densa, grossa, & graue, eccetto quando è mossa, & rissoluta da qualche vento, come accade all'acqua, ancor che sia sottile, quando, si ferma lungo tempo in vn'vaso, le parti di sopra cacciano sempre abbasso, & condensano le parti di sotto. L'aria adunque che è di tal natura, perche nei luoghi bassi, quasi mai si moue, se si scalda a guisa di ferro affocato, che più ritiene il fuoco, che la stoppa, scalda più forte, & tanto, che quasi soffoca le persone, & produce, nell'huomo tutti quelli mali, de quali hauemo ragionato.

Nota la causa perche a Napoli, & a Genoua nō è cattiuo aere all'Estate.

Quādo il sole può eleuar li vapori ma non risoluerli.

Per qual causa l'aria in quelle parti è sempre densa grossa, & graue.

Per qual causa l'aria bassa quando è calda, scalda più che l'alta.

Per qual causa nelle regioni settentrionali non può esser di tāto dāno.

Ma nelle regioni settentionali, & altri simili paesi, non può esser di tanto danno, perche per la distantia del sole, & la riflessione de i raggi obliqui, ò non si può tanto scaldare, che possa poi riscaldar altri, ouero agitata, & trauagliata qua, & la da i venti gagliardi, fatta di continuo nuoua mutatione dell'aria, che così presto và, & viene, non può riceuer la impressione del caldo: l'inuernata poi e tanto manco pericolosa, quanto più ha seco congiunto il freddo, poi che il freddo, si come si oppone al caldo, così con la sua virtù contraria prohibisce,

Come l'inuernata l'aria in quelli luoghi nō è tanto pericolosa.

Il bono effetto che fa il freddo in questo caso.

bisce, che non si faccia nè putredine, nè gli altri mali, c'hauemo detto.

In qual modo l'Aquilone in quelli luoghi è sempre sano, & piacenole

Ma l'Aquilone, quando spira, & massime se è piacenole, è sempre sano, & di diletto, sano, perche purifica l'aria, di diletto, perche essendo priuo dell'asprezza del freddo, per la natura del luogo, che è caldo, porta anco di sua natura serenità.

Come le acque di quelli luoghi sono crude.

Et perche le acque che nascono in quelli luoghi, sono crude, & quelle, che prima cascate dal cielo, si conseruano nelle cisterne, quasi di necessità rappresentano la natura, dell'aria densa, & grossa, doue nascono, sarà vtile a coloro, che l'inuernata, ò per spasso, ò per negotij vanno in quelle bande, di farsi condurre appresso qualche altra acqua buona, che beuer nissuna sorte di quelle, poi che se quell'aria è catiua, non è di manco danno, il lungo vso delle acque, che iui si trouano, le quali oppilano, & gonfiano il fegato, & la milza, & sono causa di disenterie, & altri flussi, & hemorroidi, fanno perdere a gli huomini il suo color naturale, qualche volta gli fanno smagrir nel collo, ne i bracci, & nella faccia. Il danno che portano quelle acque

Ciò che s'ha da far nell'vscir di Roma l'estate.

Nel mezzo dell'estate poi, perche molti desiderano di vscir di Roma, giudico, che, se li luoghi doue vanno, sono simili a quelli di Roma, & anco migliori, poco importa l'andarui, pur che il viaggio sia poco, nel quale l'huomo non s'habbia da straccare, ma se il viaggio sarà lungo, come da Roma a Napoli, & da Napoli a Roma, è molto d'importanza, perche da questo ne nasce spesso qualche infirmità, & alle volte la morte, nè però si può con ragione dire che tal cosa venga per la mutatione del luogo, nè dell'aria, perche qualche volta si passa da vn'buono, in vn'migliore, ma per la stracchezza, & fatica di colui, che fa il viaggio, il quale, caminando quattro, ò cinque giorni continui, quanto più si affretta, tanto manco dorme, & con maggior incommodo mãgia mattina, & sera, & molto più si scalda, dalle quali cose, ne seguita indigestione, sete frequente, & densa respiratione, & poi essendo il luogo, doue si arriua, ò tanto, ò poco men caldo di quello, onde s'è partito, con la stracchezza, & respiratione di prima, con la longezza del viaggio, con la velocità, & frequentia del moto, si radoppia la strettezza nelli polmoni, si augumenta la sete, si beue fuori di modo, non si dorme, non si fa buona concottione, & da tutte queste cause, ne seguono poi li mali, le febri, & qualche volta la morte, & per questo la maggior parte tiene, che se alcuno passa da Roma a Napoli, ò da Napoli a Roma, per Mare, non corre, in quanto a questo, alcun pericolo di vità, & cosi non si può dir, che l'huomo corra pericolo di morir, nè d'amalarsi per la mutatione dell'aria, nè del luogo, ma per l'incommo-

Come l'estate nõ si deue far longo viaggio, ancor che il luogo doue si va sia migliore.

Onde nascano li danni di tal mutatione.

Li mali che seguitano da questa mutatione.

Per qual causa andando da Roma a Napoli, ò da Napoli a Roma per mare, non si corra pericolo per conto di questo.

Quando la mutatione dell'aria nõ è pericolosa.

dità

dità che porta il lungo viaggio, & il faticoso, & veloce moto, che si fa.

Et benche di sopra habbia trattato delli tempi dell'anno, delle sue stagioni, & de i venti, nondimeno mi pare molto a proposito replicar brevemente alcuni particulari, sopra le medesime cose in quanto c'hanno, rispetto all'aria, e però bisogna saper, che in questa Città, come anco è nelli altri luoghi, la primauera è la più salubre stagione dell'anno, poi seguita l'inuernata, l'estate è assai pericolosa, & massime se sarà più calda del solito. Onde molti di quelli che sono di contraria opinione sono in grande errore, perche, se bene l'estate, & massime più calda del solito l'huomo beue assai, & poi non dorme il suo douere, & da questo ne nasce indigestione, dall'indigestione, seguita la putrefattione, & poi la febbre, con tutto questo però l'Autunno è molto più pericoloso, perche quasi sempre di giorno fa gran caldo, la sera, & la mattina, & di notte, freddo, tal che il corpo rilassato dal caldo dell'estate, & da quello di mezzo giorno, in quello tempo è assaltato dal subito freddo, onde poi nell'Autonno molti se ne moiono: & si come questi mali accadono più in questo, che in ogni altro tempo, cosi queste stagioni, quando accadono, son sempre di danno, tal che le stagioni vguali son sempre le migliori che possono esser, ò fredde, ò calde che siano, & peggiori son quelle, c'hanno in se grandissima varietà.

La primauera è la più salubre stagione dell'anno, & poi l'inuernata.

L'estate è pericolosa, & quando.

Li dani che seguitano l'estate per il caldo.

L'Autonno è più pericoloso di tutti li tempi, & perche.

Le stagioni vguali sono sempre migliori, le peggiori sono le disuguali.

Quando adunque i tempi sono vguali, li giorni sereni sono soauissimi cosi bene per causa dell'aria, come per causa de' venti, eccetto se non fossero (come hauemo detto auanti) Austrini: dei giorni pluuiosi, quelli che portano freddo, sono migliori di quelli, che sono solamente, ò nebiosi, ò nubilosi, & ottimi son nell'inuerno quelli, che in tutto sono priuati di venti, & nell'estate quelli ne i quali spira ponente: se spirara altra sorte di vento, li settentionali saranno più salubri delli orientali, & delli meridionali; finalmente non è da lassare, che nell'estate regnando l'Austro, sono più sani i luoghi esposti al settentrione, & nell'inuerno, spirando venti Aquilonari, li luoghi esposti al mezzo giorno, questo basti dell'aria.

Quando li giorni sereni sono soauissimi.

Li giorni pluuiosi, che portano freddo sono migliori de gli altri.

Quali giorni sono migliori l'inuernata, & quali sono migliori l'estate.

Quali venti sono più sani.

Quali luoghi sono più sani l'estate, & quali d'inuernata.

Del moto, & del riposo. Cap. X.

VOLENDO noi in questo luogo parlar del moto bisogna saper, che per questa parola moto, non s'intende ogni sorte di moto, ma solamente il moto locale, oltre di questo escludendo tutti gli altri moti

Nota che per moto, si intende solamente il moto locale.

moti locali, s'intende solo l'essercitio, che fa l'huomo per via del moto locale, & di più, che tal essercitio non sia eccessiuo, (come vsauano gli antichi, in quelli essercitij chiamati Gymnastici) ma moderato. Per il riposo poi contrario al moto, non s'intende ogni sorte di riposo del corpo in qualche luogo, ma solamente di restar di far l'essercitio, del qual di sopra ho parlato, doue hò detto, che è di due sorti, cioè ò naturale, ò fatto dall'arte, il naturale dura per tutto il tempo che l'huomo manifestamẽte va crescendo, il quale rare volte passa l'anno 21. quello poi che è fatto dall'arte, si fa communemente nella declinatione dell'etade, & certo il primo si dice che è naturale, perche quando siamo in quell'etade, che dura insin all'vltimo della pueritia, spontaneamente, & naturalmente senz'aspettare che ne sia commandato d'alcuno, siamo inchinati, & si mouemo a far essercitio locale, ma il secondo si dice che viene dall'arte, perche passata l'adolescentia, non siamo tanto, come prima, inchinati spontaneamente a far essercitio, & quanto più andiamo inanzi con l'etade, tanto più, & più spesso hauemo di bisogno di persone, che n'essortino, & ne commandino a far essercitio.

Che per moto locale s'intende solamente l'essercitio.

Ciò che s'intende per riposo.

L'essercitio è di due sorti, naturale & artificiale, & quanto dura il naturale

Quando si fa l'essercitio artificiale.

La causa perche il primo si chiama naturale.

Perche il secondo si chiama artificiale.

Il commun fine, & scopo dell'vno, & l'altro di questi essercitij, è prima di suegliar il calor naturale, & poi che'l nutrimento facilmente si distribuisca per tutto il corpo, se per sorte di natura sua non fosse così facile a penetrarui, & finalmente acciò che li naturali, & consueti escrementi del corpo, presto si euacuino, quando però son lenti, & tardi a vscir dal corpo, & si come il sole purifica l'aria nebuloso, così l'essercitio purifica il corpo dell'animale, talche l'essercitio non è molto necessario a quelli che manifestamente crescono, perche il loro calore è in continuo vigore: a quelli poi che crescono sì, ma non tanto alla scoperta, è alquanto più al bisogno, mà a quelli che sono nella declinatione dell'etade, è sommamẽte necessario. Perciò che nei primi il calor naturale, con l'aiuto dell'aria, che li circonda, il più delle volte è bastante da se alla distributione del nutrimento, & a cacciar fuori i debiti escrementi; in quelli poi, che non così chiaramente crescono, il qual tempo (secondo alcuni) dura sin'alli anni 49. ò poco più, ò meno, rare volte si può far questo effetto senza l'essercitio, ma nelli altri, che sono in manifesta declinatione, perche pian piano vanno mancando, non si può in conto alcuno far senza essercitio, poiche adunque il calor naturale dell'huomo, passata l'adolescentia, non può da se stesso cõpitamente far questi effetti, ha di bisogno di qualch'altro aiuto, & questo non è altro, che l'essercitio, il qual sempre si deue far inanti al cibo, pur che già la fame non si faccia sentire, ouero che l'huo-

Qual sia il fine cõmune di questi dui essercitij.

Nota il paragone del sole cõ l'essercitio.

A qual etade l'essercitio non è necessario, a qual è vtile, & a quale è necessario.

In qual modo nei primi anni l'essercitio non è necessario.

In qual modo nelli secondi è vtile.

In qual modo nelli terzi è necessario.

L'essercitio si deue far inanti al cibo.

Quando non s'ha da far inanti al cibo.

mo non si senta qualche debilità contra l'ordine suo naturale, onero che sia stata inanzi qualche notabile euacuatione, ò attenuatione. Talmente però che l'essercitio sia poco, à quelli, che di natura sono debili, & forte a i forti, & che sia secondo la consuetudine di colui, che lo fa, auuertendo, che quelli, che mangiano cibi più grossi, deueno anco far l'essercitio più gagliardo, & quelli che viuono di cibi più leggieri, deueno far lo più piacevole, & di più deue esser più longo, a quelli c'hanno fatto bona concottione, & che non si straccano così presto, mà in più tempo: in quelli poi, che non hanno così bene cotto il cibo, & che presto si straccano, deue esser più breue; bisogna anco saper, che l'essercitio che si fa nei luoghi piani, non è di tanta vtilità, com'è quello, che si fa nei luoghi disuguali, poi che il corpo meglio si moue con la varietà del salir, & del smontare; l'essercitio anco che si fa per la Città nei luoghi alti, & massime doue l'aria è aperta, è meglior di quello, che si fa nei luoghi bassi, meglior allo scoperto, che sotto alli portici, meglior al sole, che all'ombra, (pur che il capo non patisca) meglio è l'ombra dei muri soli, ò delli giardini, che quella de' tetti, meglior è l'essercitio dritto, che quello, doue l'huomo si volta, meglior è quello, che si fa la mattina poco dopò il leuar del sole, che quello che si fa nanti cena, purche però l'huomo auertisca di non patir danno dal caldo del sole.

In qual caso l'essercitio deue esser poco.

Quando l'essercitio deue esser forte, o leggiero.

Quando l'essercitio deue esser longo, o breue.

Nota qual differẽtia è tra l'essercitio, che si fa nei luoghi piani, & nei luoghi disuguali.

Quello che si fa nei luoghi alti, & aperti, e meglior di quello che si fa nei bassi.

Nota molte differentie, nelle quali e meglior in vno modo, che in vn' altro.

Come ha da esser l'essercitio dell'inuernata, & quello d'estate.

Et si come l'inuernata deue esser gagliardo, & longo, così la estate deue esser leggiero, & breue, & questo si ha da osseruar, non solo l'estate, ma d'ogni altro tempo. Se per sorte soffiarà qualche vento gagliardo, acciochè non si faccia troppo grande atrattione, poiche per il notabile augumento del moto, la natura tira a se più presto, il vento poi vi entra con maggior impeto, il corpo s'empie troppo presto, & specialmente il capo. Quando poi è nebbia, ò caligo, & che faccia freddo, ò pioua, ò non pioua, la stagione è sempre più sana, ma se sarà caldo, è mal sana, perche in questa il corpo si debilita, & in quella si fortifica.

Nota che quando soffia vẽto gagliardo l'essercitio ha da esser leggiero, & per qual causa.

Quando la stagione è sana, & quando è mal sana, & perche.

In somma a Roma l'essercitio è tanto più necessario quanto più l'aria è grossa, & densa, & quãto che bisogna mangiar assai, poi che questi cibi in gran quantità danno poco nutrimento, come di sopra hauemo detto, poi che se i meati, per li quali si fa l'espulsione de gli escrementi, & la distributione del cibo, non saranno sempre aperti, quelli che di continuo mangiano assai, staranno anco in continuo pericolo di non ammalarsi, & questo accade alla maggior parte, & quasi a tutti.

Per qual causa l'essercitio è più necessario a Roma, che altroue.

Come quelli che di continuo mangiano, stãno anco in continuo pericolo d'ammalarsi.

Ne occorre dar molta fede a quelli che commandano espressamente, che prima che si metta alcuno a far essercitio, habbia hauuto il consueto bene-

Nota come non è necessario hauer beneficio del corpo innanti che si faccia essercitio,

beneficio del corpo, poi che spesso occorre, che, mentre che ciò s'aspetta, passa il tempo di farlo. Questo precetto era necessario appresso gli antichi, per li esercitij Gimnastici, perche nõ solo faceuano essercitio, ma si affaticauano fuor di modo, ma poi che noi hora facciamo il nostro essercitio più quietamente, & lentamente non è bisogno di oseruar questo, con tanto rigore, perche, mentre che facemo l'essercitio, spesso accade che gli escrementi del cibo cascano al basso de gli intestini, & poi finito l'essercitio, escono fuori del corpo, come se il ventre spontaneamente si mouesse.

Quãdo questo precetto era necessario, & per qual causa.
Per qual causa hora non è bisogna questo precetto.

Ne manco si deue hauer paura, che gli humori crudi vadino alla pelle (come alcuni dicono) perche, facendosi l'essercitio moderato, si come gli escrementi che sono sotto la pelle pian piano si euacuano, cosi quelli che forse possono essere nello stomaco, & nelli intestini, vanno al basso, nè si possono cacciar sin' alle parti della pelle, senza gran violentia, la quale in questo caso non si mette, & moderato sarà l'essercitio, se prima sarà fatta buona concottione, ilche si conosce se l'huomo la notte inanti hauerà dormito il suo douere, & poi si leuarà dal letto con il corpo agile, & pronto, & che non sia trista nel volto, ma licto, & gioioso, come comporta la sua natura: quando poi uno sarà solito, prima che faccia essercitio, d'hauere il beneficio del corpo, certo, se non l'hauerà, perche questo sarà segno particolare, che non hauerà fatto buona concottione, deue aspettar di far essercitio, sinche il corpo habbia fatto il debito suo, ma se non sarà solito a quello, spesso è vanità grande a metter quella legge, qualche volta anco è di danno. Colui adunque che hauerà fatto buona concottione, si come si leuarà la mattina di buona voglia, cosi potrà sicuramente far il suo essercitio, ma se non l'hauerà fatta bona, sarà bene che si riposi, sin' tanto che sarà cõpitamente fatta, & se per sorte anco sarà stato sforzato leuarsi da letto inanzi al debito tempo, talche la cõcottione sia per questo impedita, potrà di nouo mettersi a dormire, ma se non hauerà fatto alcuna concottione, deue del tutto riposarsi, & non solo guardarsi dall'essercitio gagliardo, ma da qual si voglia altra leggera fatica.

Come per questo essercitio gli humori crudi nõ possono andar alla pelle.

Quando l'essercitio è moderato.
In qual modo si conosce che l'huomo habbia fatto bona cõcottione.
Quando nõ si deue fare essercitio se prima non ha hauuto beneficio del corpo.

Quando è cosa vana il metter questa regola.

Quando è lecito di nouo mettersi a dormir la mattuna.

Nè in questo luogo lassarò di dir, che con l'essercitio si consuma la parte grassa, ma non già la carne, & per questo il ventre, perche è più grasso, comparato alle parti carnose, che quasi si vedono, si fa con l'essercitio più tenue, & più sottile, & le altre parti carnose non si sminuiscono, ma si fanno più piene, dico ancor che il passegiar al longo per li loghi piani, è di maggior fatica, che per li luoghi asperi, & disuguali, poi che quella sorte di essercitio, essendo sempre ad uno modo, getta di continuo tutta la fatica adosso alle medesime parti, & quest'altra fa

Come per l'essercitio si consuma la grassa, & nõ la carne.
Per qual causa il ventre si fa tenue, & le carni si fanno grasse per l'essercitio.
Per qual causa l'essercitio fatto ne i luoghi piani stracca più che quello, che si fa ne i luoghi disuguali.

tutto l'oppoſito, poi che diuide la fattica in tutte le parti del corpo, onde ne ſeguita, che eſſendo quello ſempre il medeſimo (conſiderando le parti, che ſi mouono) faccia maggior danno, & queſt'altro per eſſer diuiſo, & partito in diuerſi membri, offenda manco. Biſogna anco ſaper, che ſi come il paſſeggiar longo è di più fatica, che non è il breue, perche anco il moto dura manco, coſi per altra ragione quando l'huomo ſi moue dritto da vn luogo all'altro, & poi torna al medeſimo, quanto più ſpeßi ſaranno li ritorni, tanto più ſi ſtracca, che ſe facèſſe il medeſimo moto, ſempre alla diſteſa, perche quello moto ſi fa ſpeſſo dall'vn contrario all'altro, il che è cauſa di maggior ſtraccheZza. L'eſſercitio poi, che ſi fa all'insù, ſmagriſſe più l'huomo, & è di più fatica, che quello, che ſi fa all'ingiù, la cauſa è perche il ſalire è coſa contra natura a i corpi graui, nè ſi può far ſenza l'aiuto del caldo, il qual è inſtromento a leuar in alto le coſe graui, come ſi cognoſce da quelli, li quali per hauer poco calor in ſe, ſi mouono all'insù con difficultà, talche è neceſſario, che il corpo noſtro ſommamente ſi ſcaldi, & da qui naſce, che quella ſorte d'eſſercitio è molto difficile, & però prouoca il ſudore, & ſi come trattiene ſpeſſo, & ſoſpende il fiato, coſi anco ſpeſſo tratiene il nutrimento nelle parti interiori, & l'impediſce, che non ne nutriſca, nè manco permette, che ſi faccia d'eſſo buona diſtributione, poi che, mentre che noi ci ſforZiamo di alzarſi in alto, tutto il noſtro ſtudio & intento è più preſto intorno all'eſpulſione, che all'attrattione, il che ſi conoſce chiaramente, perche quanto più ci ſforziamo d'alzar in alto il corpo noſtro, in tanto maggior copia n'eſce il ſudore, & in tanto, quanto manco ci ſforziamo di tirar fiato a noi, tanto măco nutrimento potemo pigliar, & per queſto dall'eſſercitio naſce l'eſtenuatione, onde quelli c'habitano ne i monti per andar ſpeſſo all'insù, ſono per la maggior parte più magri, che quelli c'habitano nelle valli: & di più l'eſſercitio all'insù ſtracca più li lombi, li ginocchi, & le gãbe; ma quello che ſi fa all'ingiù ſtracca principalmente le coſcie, il che accade, perche ſe bene tutto il corpo è fermato ſopra le coſcie, & che a guiſa d'vn gran peſo ſopra eſſe poſto, le calca, nondimeno, quando caminiamo all'insù, perche ſi monemo con la ſchena alquanto inarcata, & con la teſta poſta inanti, & appreſſo alziamo alle parti d'innanti le coſcie, li ginocchi, & le gambe, mettendo quaſi tuti'l corpo informa d'vn'arco, voltiamo, rompemo, & poco meno, che ſpaſmiamo li lombi, li quali a queſto modo ſi ſtraccano più che le altre parti, & per queſto quando ſiamo ſaliti ſopra la ſommità d'vn'monte alto, ſpeſſo ne doleno

Nota la differentia dell'eſſercitio fatto ne i luoghi piani con vno in to longo, & vene.

Per qual cauſa l'eſſercitio, che ſi fa all'insu, ſmagriſce più l'huomo, che quello, che ſi fa all'ingiu.

Come l'eſſercitio all'insu prouoca il ſudore.

L'eſſercitio all'insu non laſſa nutrire il corpo, & non laſſa diſtribuire il nutrimento, & come.

Come quelli c'habitano li monti no in gran parte magri.

Come l'eſſercitio all'insu ſtracca li lombi, li ginocchi & le gambe, all'in giù le coſcie, & come cio accade.

doleno li lombi, ma in particulare nell'ascender, ne doleno li ginocchi, & le gambe, nel scender poi le coscie sentono più fatica, perche naturalmente li ginocchi si voltano inanti, & le coscie indietro. Quando adunque montiamo all'insù, perche nel drizzarsi, alle volte voltiamo li ginocchi più indietro, che inanti, è necessario, che li ginocchi, & le gambe, sopra le quali è fondato il nostro salire, s'affattichino, & patiscano più, cosi per il contrario nel smontar, è necessario, che le coscie patiscano più, che nel salire, perche non si voltiamo indietro, ma più presto inanti, poi che come supini, & spettorati scendiamo con la coppa inarcata, & con la schena ritratta, il che non si potria far se non cacciassimo in dentro la giontura della coscia, con vn moto contra natura.

Perche nel scēder le coscie piu s'affaticano.

Il passeggiar poi per luoghi duri, & che non consentono, come sono le strade piane lastregate, di marmi, & di selci, è di gran fatica a i musculi, & a i cordoni delle gambe, le quali per questa causa stanno molto stesi, poi che per la durezza de i sassi, che non cedono, & con il pontar tanto violento de i piedi, è necessario, che in essi resti grauemente il segno, & che ne sentano gran lesione. L'essercitio poi che si fa per il terreno, fermo si, ma che in tutto non stia saldo, & facilmente cede al calcar de i piedi, è di fatica più presto alle giontures, che alli musculi, perche, ancor che le giontures si pieghino cosi spesso, quando si batte la terra con li piedi, nondimeno, quando la terra cede, & le giontures si vrtano di continuo l'vna all'altra, è necessario, che quello moto causi maggior fatica a esse, che a i musculi, & cordoni delle gambe.

Come li musculi, & li cardoni delle gambe si straccano.

In qual modo le giunture si straccano più, che le altre parti.

Bisogna anco sapere, che il passeggiar gagliardo estenua le carni più nel tempo caldo, che nel freddo, perche nel caldo, da più fatica alle parti esterne, onde con prouocar il sudore, sminuisce la carne, per il contrario nel freddo la fa più ferma, prouoca l'appetito, & fa lo stomaco più desideroso del cibo, augumenta il caldo nelle parti interne, & mentre che li membri esteriori quasi si fanno stupidi per l'alteratione, che sentono dal freddo, li torna in suo esser, & con l'aiuto del caldo accresciuto, & dilatato negli interiori, più efficacemente li purga, & di più fa la carne più soda, non potendo penetrar cosi facilmente in tutte le sue parti, come fa ne i tempi caldi.

Come il passeggiar forte l'estate smagrisse la carne piu che l'inuerno.

Come il passeggiar l'inuerno fa la carne ferma, & prouoca l'appetito, & fa altri effetti nel corpo.

Finalmente per il gran passeggiar le coscie sentono maggior stracchezza, che le gambe, & massime nel mezo, non solo perche tutt'il corpo, & li membri superiori si girano sopra le coscie, & si voltano inanti, & indietro, ma anco perche, essendo poste in mezo tra le gambe, & il resto del corpo, si mouono più, & con maggior fatica in sù, & in giù,

Come le coscie in mezo nel passeggiar sentono maggior stracchezza, de gli altri membri, & perche.

che

che tutti gli altri membri, per la qual cosa li suoi musculi spesso stesi, & ritratti, dopò longa fatica, sentono in mezo dolor grande, & stracchezza, poi che questo moto si fa principalmente dal mezo a gli estremi, & da gli estremi al mezo.

Come l'essercitio non si può determinare.

L'essercitio poi non si può determinare, come habbia da essere con la smisurata fatica, nè con la determinatione d'altra legge, ma si deue, far più, & meno, seconda la natura del corpo, che lo fa, poi che non è di manco pericolo il voler determinare il fine dell'essercitio, quanto determinare la quantità del cibo, & di quello che si beue: non bisogna adunque dir che il fine, per il quale l'huomo deue cessar dall'essercitio,

Quando l'huomo deue cessar dall'essercitio.

sia vn solo, ma bisogna riposarsi quando ne seguita, ò grande fame, ò che il rossor, che è seguito dall'essercitio incomincia a lentarsi, ò che le carni già gonfiate, incominciano a tornar nel suo esser, ò che la voce è fatta manco gagliarda, ò che il corpo tutto è fatto poco atto al mouersi più oltre, & la forza manca, ò se il sudore è comparso, & è manco del solito, ò che senza causa è cessato, ò che finalmente si rallenta dal far più essercitio, senza però, che ne seguiti stracchezza.

Quando li grassi sentono gran giouamẽto dall'essercitio.

Quando li magri sentono dãno dal l'essercitio.

Bisogna anco saper, che se dall'essercitio, è seguita la fame, la qual poi sia cessata, senz'hauer preso alcuno cibo, li grassi ne sentono gran giouamento, ma li magri ne sentono grandissimo danno, perche da questo sempre ne seguita grande estenuatione. Ma quando per l'essercitio la respiratione si farà più frequente, & che alcuno di qual si voglia qualità si risolua di mangiar, ò beuer prima, che ella

Il danno che sente vno quando mãgia dopò l'essercitio, auanti che sia ritornato nell'esser suo di prima, & come ciò accade.

sia ritornata nell'esser suo, ne sentirà sempre notabil danno, & se spesso farà simili errori, diuenterà facilmente tisico, perciò che il nutrimento tolto in quel tempo, non è tirato dal corpo, il qual è tutto occupato alla espulsione, per quello essercitio, & così, restando nel ventre, si corrompe più presto, & si fa più nociuo di quello che non conuiene, & così non solo mentre che dura la frequente respiratione, ma anco nella quiete, che seguita di poi non è tirato con facilità dai membri, ma più presto è rifiutato, onde poi è necessario, che quelli si nutriscano male,

Il far alquãto d'essercitio dopo prãso non noce, ma il farne assai è sempre di danno.

Il danno che seguita a quelli, che fanno essercitio dopo pranso, & in qual modo.

si assuefacciano a non nutrirsi, & si facciano tisici.

Dopò pranso poi, & dopò cena, non noce mai passeggiar al quanto, ouero caualcar, ouero andar in lettica, moderatamente, piaceuolmente, & lentamente, ma il far molto essercitio, è sempre male, & di dãno, talmente che quelli che, con lo stomaco pieno, fanno essercitio grãde, & spesso, ancor che sia con qualche interuallo, patiscono vlcere in diuerse parti, non solo, perche il nutrimento è crudo, ma perche è cac-

ciato

ciato alla pelle in gran quantità, doue poi non mouendosi più, per l'intramissione dell'essercitio, nè potendosi manco risoluer, mentre, che si riposa, & per longo tempo iui si dimora, è necessario, che si corrompa, & così putrefatto, con la sua acrimonia, & salsedine, punge, & morsica le carni, & per esser copioso, causa le pustule, & poi le vlcere: ma se alcuno pieno d'humori vitiosi haurà molte vlcere nel corpo, & con quello lo stomaco vacuo, & che molto, & spesso s'affatichi, & sudi, presto si libererà da quelle piaghe, & si farà sano, come accade a quelli, che hanno il mal francese (si come hauemo insegnato nel libro del mal francese) Bisogna anco saper, che se il corpo sarà troppo essercitio, non potrà viuer longo tempo, & presto verrà al fine, ma se l'essercitio sarà ben misurato, durarà più tempo, & sarà di più longa etade, & questo si conosce chiaramente con l'essempio della candella accesa, la qual, se si porrà al vento, si consumarà più presto, ma se starà in vn luogo ben chiuso, durarà più longo tempo: & si come li nostri corpi all'inuernata, quando regna il vento di tramontana, nelle parti esteriori, si essiccano, & di dentro restano le humidità, le quali premute dal freddo di prima, soprauenendo poi il caldo, si liquefanno in gran copia, così nel istesso modo, & tempo si vede nel fango, il qual si condensa prima per il gran freddo, & di dentro vi resta chiuso il suo humore, & poi soprauenendo il caldo del sole, si liquefà, & si strugge, così, se di primauera, ò all'estate soffiarà forte la tramontana, ò che si senta la stagione del tempo simile, perche all'hora il sole, che soprauiene, è più gagliardo, che non è d'inuernata, non è cosa sicura esporsi troppo al sole, nè manco a far molto essercitio.

Onde nascano le pustule, & le vlcere.

In qual modo vno si può liberar dalle piaghe, & dalle vlcere.

Come il troppo essercitio scurta la vita, & il mediocre la slunga.

Nota l'essempio della candella in questo fatto.

Nota ciò che acca de quãdo l'inuernata spira la tramontana, & poi so prauiene il caldo.

Nota l'essempio del fango congelato.

Quando non è bene esporsi al sole, ne far molto essercitio.

Bisogna anco saper, che l'essercitio (pigliando questo vocabulo più communemente di quello, che hauemo detto di sopra) non solo si può fare con il moto del corpo, ma anco mentre, che si riposa, cioè quando spesso l'huomo tira a se, & caccia da se nouo, & puro aria: oltre di questo, se alcuno sarà stato tutto vn giorno, ò in cocchio, ò a seder sopra qualche festa, ò a riposo in qualche altro modo, non deue in conto alcuno far molto, nè gagliardo essercitio, nè manco correre (come alcuni sogliono fare) poi che la natura non tolera mai alcuna grande, & subita mutatione) ma bisogna andar lentamente, & cenar molto sobriamente, accioche per l'vno si passi pian piano dalla quiete al moto, & per l'altro, accioche la cena leggiera sia proportionata a quello, che hauerà fatto poco essercitio.

In qual modo si può far essercitio senza mouersi.

L'huomo non deue far forte l'essercitio, quando è stato vn pezzo a posso.

Quãdo si deue cenar sobriamente.

Del bagno, & del ripoſo. Cap. xI.

Quante ſorti d'eſſercitio ſi poſſono ridurre al vero eſſercitio.

FIN'HORA *hauemo trattato dell'eſſercitio, alqual con certa proportione, & ſimilitudine ſi pò ridurre quello, che ſi fa con le armi, con la balla, con il correr, con il caualcar, con il legger forte, & alto, con le fregagioni, con il bagno, & con diuerſi altri modi.*

A qual fine foſſe trouato il bagno d'acqua dolce da gli antichi.

Seguita che parliamo del ripoſo, mà prima biſogna dir alcune poche coſe del bagno d'acqua dolce, il quale ſi crede, che foſſe trouato da gli antichi, prima, acciochè ſi netaſſero dalle ſporchezze che d'ogni intorno imbrattauano tutta la pelle, & poi che ſia paſſato in troppo delicatezza,

Gli antichi nõ haueuano l'vſo delle camiſcie, & ſe pur lo haueuano, come le vſauano.

poi che non hauendo loro in vſo le veſti di lino, che noi chiamiamo camiſcie, & ſe pur le haueuano, nõ le vſauano coſi ſpeſſo, come facciamo noi, ripieni di gran lordura, erano ſforzati ogni giorno di nettarſi nel bagno:

Come l'vſo del bagno è quaſi annichilato.

mà poi che adeſſo l'vſo delle camiſcie è tanto vniuerſale, che tutti, per poueri, che ſiano, ſe ne ſeruono, non è marauiglia, ſe quella coſi frequente cõſuetudine del bagno, è quaſi annichilata, il quale in ogni modo è più

Quando il bagno è più conueniente.

A quali è più vtile, & con qual conditione.

conueniente l'eſtate, che l'inuerno (come dice Hippocrate, ò Pol. nel libro de ſalubri Dieta) & ſe a tempo ſi farà, & come ſi deue, è molto conueniente alli eſtenuati, li quali non hanno appetito, mà non biſogna che habbiano alcuna leſione particolare nelle viſcere interiori, perche inalza, come in tumore, le carni, le quali poi gonfiate, ſucchiano gli humori, a guiſa

Nota bene l'effetto che fa il bagno.

di ventoſe dalle vene, & le vene dal fegato, & quello dallo ſtomaco, onde

Onde naſce la fame.

poi al fine ne ſeguita la fame; mà ſi come biſogna farlo inanti al cibo,

In qual hora ſi deue far il bagno, & quando ſi deue laſſar.

& dopò che il ventre ſi ſarà ſcaricato delli ſuoi eſcrementi, coſi biſogna in ogni modo finirlo, poi che le carni ſono gonfiate, inanti che caſchino, & ritornino nell'eſſer di prima. Perche ſe l'huomo ini troppo ſi dimora, ſi

Il danno che ſente l'huomo, ſe ſta troppo nel bagno.

gli perturba l'intelletto, le forze ſi gli riſſoluono, gli viene vomito, & finalmente ſincope, cioè mancamento di cuore, & di tutte le forze. Talche ſe

Molti altri vtili che porta il bagno

ſarà fatto a tempo, netta la pelle, apre li ſuoi meati, gli mãda il douuto nutrimento, humetta il corpo, gli fa venir appetito, aſſottiglia gli humori, gli ſminuiſce, ſe ſono troppo, riſſolue il vento, leua la ſtracchezza, mitiga li do-

A quali noce, & in qual modo.

lori, prouoca il ſonno, & ſtringe il ventre. Noce fuor di modo a i pieni, per che liqueſa gli humori, li quali poi, occupãdo maggior luogo, diſtendono il corpo, onde è neceſſario che vi ſopragionga qualche importuna euacuatione, ò tumore in qualche parte: onde Hippocrate nel terzo delli acuti, diſſe che niſſuno, che poco prima hauerà mangiato, ò beuuto, non deue ſubito

entrar

entrar nel bagno, nè manco ſubito nell'vſcir del bagno deue mangiar, ò beuere, mitiga li dolori del petto, dei fianchi, & della ſchena, matura lo ſputo, & lo caccia fuori, fa la reſpiratione facile, leua la ſtracchezza, mollifica le gionture, & la pelle, che è ui intorno, prouoca la orina, riſolue la grauezza di teſta, humetta le narici. Quelli che per qualche infirmità hanno il ventre più lubrico, che non cõuiene, ouero che l'hanno troppo ſtittico, non deueno entrar nel bagno, nè manco quelli, che ſono molto debili, ò quelli c'hanno faſtidio allo ſtomaco, ò che facilmente vomitano, ò che fanno li rotti che puzzano di colera, ò che patiſcono fluſſo di ſangue dal naſo: ſaluo, ſe quello fluſſo foſſe manco di quello che conueniſſe, queſto diſſe Hippocrate, in tanto biſogna auuertire, che il bagno ſia fatto d'acqua dolce, tepida, perche ſe ſarà troppo calda, i corpi, che v'entrano ſentono horrore, & li meati ſuoi ſi ſtringono, & ſi ritirano in ſe ſteſſi, talmente, che non ſi poſſono humettare con l'humore, che viene da di fuori, nè manco poſſono cacciar fuori alcuno di quelli eſcrementi, c'hanno di dentro. Ma torniamo al riposo, ſi come adunque il riposo s'oppone all'eſſercitio, del quale hauemo ragionato, coſi fa gli effetti contrarij, poi che in quelli ch'euidentemente non creſcono più, ilche accade per ordinario, quando l'huomo ha paſſato l'anno 21. non ſolo non riſueglia il calor naturale, ma più preſto l'eſtingue, eſſendo con l'otio impedito lo ſuentare, il qual è tanto neceſſario al calor d'ogni corpo viuente, nè manco manda, & digeriſſe il nutrimento per il corpo, ma lo inſacca, & chiude nelle prime vene, poi che per via del moto, non ſi fonde, & da quello ne naſcono le oppilationi, poi ne ſeguita che il corpo non ſi nutriſce, & all'vltimo, che ſi ſmagriſce, nè manco gioua all'eſpulſione de gli eſcrementi, ma più preſto per eſſo ſi trattengono, per far che li membri s'impoltroniſcano. Finalmente è cauſa, che il nutrimento ſi trattiene, contra l'ordine naturale, ne i primi vaſi, & gli eſcrementi ſi fermano negli altri luoghi, talmente, che non eſſendo cacciati fuori, & gli vni, & gli altri, ſi corrompono: onde poi ne ſeguita che l'huomo non ſi nutriſce, & finalmente ſi fa ettico.

Come nell'vſcir del bagno non ſi deue, ne mangiar, nè beuere.

Altri vtili che porta il bagno.

Quali nõ deuono entrar nel bagno.

Quando nel fluſſo di ſangue cõuien il bagno.

Come l'acqua deue eſſer tepida, & il danno che ſeguita s'è troppo calda.

L'otio eſtingue il calor naturale.

Il danno che naſce dall'otio.

Ma potrà alcuno opponer a queſta mia opinione, dubitando, come poſſa eſſer che gli huomini ſmagriſcano con il riposo, mangiando bene, poi che le galline, caponi, porci, & altri animali mentre, che ſtanno ben chiuſi, & ben paſciuti, s'ingraſſano coſa, che pare contra la ragione, & di più vi ſono alcuni huomini, & donne, che ſempre ſedono (poi che tal'è l'arte ſua) & nondimeno ſono ſempre ſani, non ſi ſmagriſcono, anzi ſi fanno più graſſi. Si riſponde a queſta ragione, che li animali li quali

Noti vn bel dubbio ſopra gli animali che nell'otio s'ingraſſano.

Risposta al detto dubbio.
Questa ragione nō piace.

indiferentemente distribuiscono il loro nutrimento, per il corpo, & cacciano fuori li loro escrementi, possono benissimo esser grassi, ancor che stiano di continuo a riposo, come sono li polli, li capponi, & le galline, ma quelli che non si nutriscono, & non si purgano cosi bene con la quiete, come fanno con il moto, & che hanno di bisogno del moto principalmente a far l'vno, & l'altro, questi sentono gran lesione dal riposo, si smagriscono, & si fanno ettici; di questa sorte sono, non tutti gli huomini, ma la maggior parte, trà quali son quelli c'hanno fatto il suo augumento, & non cresceno più, & hanno di bisogno del moto, per distribuire bene il suo nutrimento, & per cacciar fuori gli escrementi: cosi accade a i caualli, li quali, se staranno longo tempo nella stalla, senza mai mouersi, ancor che siano benissimo nutriti, & copiosamente, nondimeno si smagriscono, & benche ad alcuni riesca il contrario, come a quelli che stanno di continuo in riposo, & nondimeno s'ingrassano, non però questa opinione è falsa, perche tal cosa interuiene a pochi, & questi, ò che presto s'ingrassano, & poi si smagriscono, ò che forse anco sono talmente habituati a cuocer, & distribuir il cibo, & a cacciar fuori gli escremēti, che fanno questo effetto, così ben' nello star a riposo, quanto nell' esser citarsi; & quando anco non fosse per questa causa, essendo le scientie, & le arti fondate sopra le regole vniuersali, ò almeno sopra la maggior parte de' particolari, per esser questi pochissimi, le regole nostre si deuono inuiolabilmente osseruare.

Quali sono che aētono lesione dal riposo.
Gli huomini che non cresceno più hanno bisogno di moto.

Li caualli che stanno in otio si smagriscono.
Come quelli che nello star in otio s'ingrassano sono molto pochi.

Come le scientie, & le arti sono fondate sopra le regole vniuersali.

In somma bisogna concluder, che parlando noi di quella quiete, che è contraria all' essercitio, (come hauemo detto) se l'huomo con l'essercitio cuoce bene il cibo, lo distribuisce, & lo smaltisce, & è sempre più sano; per star in riposo, il qual' è contrario a questo essercitio, sente sempre effetti contrarij, & sempre si farà più magro.

Come dall'otio seguitano gli effetti contrarij.

Talmente che in questa sorte di riposo, (lassando da canto quello, che si fa la notte, quando si dorme) è necessario che ne seguiti estenuatione, perche quelle materie, che per via dell' essercitio si sogliono distribuir, & & cacciar fuori, si ritengono dentro del corpo, & per putrefarsi presto, & facilmente si fanno moleste a i membri interiori: onde ne seguita, che l'huomo, ò non piglia nutrimento alcuno, ò ben poco, oltre che (come alcuni pensano) per esser accumulata gran quantità d'indigestione, laqual estingue quasi il calor naturale, il corpo si rifresca fuori di modo, però bisogna auertir, che quando per qualche causa siamo sforzati a star a riposo, & non far essercitio, all'hora è molto vtile pigliar cibi leggieri, & facili da cuocer, pur che però la natura li toleri, & questi anco

Nota che il riposo della notte quādo si dorme è sano, ma tutto l'altro è mal sano, & il dāno che ne seguita.

Come dal riposo il corpo si rifresca fuor di modo.
Come l'huomo si deue cibar quādo nō puo far essercitio.

sti anco più liquidi, che sia possibile, acciò che più facilmente, & senza fatica passino alle vene, & a tutto il corpo, & anco esca quello, che deue vscire. Appresso bisogna colcarsi poco, & di raro, & s'è possibile, star quasi sempre in piedi, accioche si faccia miglior distributione, & gli escrementi escano più facilmente.

Come deue colcarsi manco che si può.

Del cibo, & di quello che si beue. Cap. XII.

SI come il lume della lucerna s'estingue, quando manca l'oglio, così il calor nostro si consuma per mancamento di nutrimento, accioche adunque non manchi il nutrimento è cosa espediente non patir mai, per molto tempo, nè fame, nè sete, purche sia naturale, anzi è necessario hauer più spesso lo stomaco pieno, che vacuo. Ne è vero quello che alcuni si pensano che sia necessario, che lo stomaco si purghi affatto d'ogni humore prima che si mangi, perche quando si viene a questo, le sue particelle cascano in sè stesse, nè si possono più dilattare, onde lo stomaco non può più riceuer il cibo, come prima era solito, come accade a quelli, li quali essendo soliti pransar, & cenare, & che la mattina, ancor c'habbiano fame, non però pransino, la sera non possono cenare: ma è bene assai, se ha in se qualche humore cattiuo, a cacciarlo prima fuori, come cosa inimica alla natura, & poi pigliar di nouo qualche buono cibo, in luogo suo, & a questo modo tener continuamente lo stomaco pieno di nutrimento, ilqual, se si potesse mantener sempre ad vn modo, & che non grauasse mai lo stomaco, per la quantità, nè gli desse altro fastidio per qualche mala qualità, non saria mai il bisogno di cacciar fuori questo per pigliarne dell'altro, ma bastaria a goder questo sempre nel medesmo modo.

Come è bene nō patir ne fame, ne sete naturale, & hauere lo stomaco piu spesso pieno, che vacuo.

Nota il dāno che seguita quando lo stomaco si purga affatto d'ogni humore, prima che pigli il cibo.

Per qual causa quelli che la mattina non mangiano la sera nō possono cenare.

Come è assai a cacciar fuori dello stomaco gli humori cattiui, se vene sono, prima che l'huomo mangi.

Et benche siamo sforzati a nutrirsi due volte il giorno, & qualche volta più, questo si fa non per lassar tempo, & commodo allo stomaco di far la concottione, (come tutti fin'hora hanno creduto) ma accioche il nutrimento pigliato a debiti tempi, l'vno dopò l'altro, sia di continuo senza alcuna intermissione apparecchiato nelle parti interiori per dar il conueniente nutrimento al corpo, percioche anco le piante si nutriscono, & nondimeno non pigliano in diuersi tempi il nutrimento dalla terra: il medesmo si può dir delli animali bruti, & delli fanciulli, li quali tutto il giorno, & tutte l'hore mangiano, talche non potendosi supplir a questo bisogno con vn' solo pasto, si ricompensa con replicarlo, tanto più

Per qual causa siamo sforzati a nutrirsi due volte il giorno.

Nota l'opinione cōmune sopra di ciò ch'è falsa, & perche.

Come quelli c'hanno lo ſtomaco piccolo mãgiano ſpeſſo, & che l'hanno grande mangiano di raro.

ſpeſſo, hauendo però riſpetto alla fortezza di colui, che mangia, & alla capacità del vaſo, che riceue il cibo, & però quelli c'hanno lo ſtomaco piccolo, come ſono li fanciulli, mangiano più ſpeſſo, & quelli, che l'hanno più grande, mangiano manco ſpeſſo, come fanno li iſteſſi fanciulli, quando ſono fatti adulti.

Nota che l'eſſercitio non è quello, che faccia patir la fame longo tẽpo.

Et non per queſto ſeguita, che l'eſſercitio ſi debbia laſſar, come quello, che eccita la fame, la quale hauemo detto che tanto s'ha da fuggire, perche l'eſſercitio non è quello, che faccia patir longo tempo la fame, ma caccia fuori gli humori vecchi, li quali non poſſono dar più alcun nutrimento al corpo, & in ſuo luogo sforza ſubito l'animale a pigliarne de' noui.

Come è meglio mangiar ſpeſſo, che vna ſola volta, & perche.

Tal che quando ciò accade, queſta ſorte di fame cauſata dall'eſſercitio, fa che lo ſtomaco ſi mantiene più longo tempo pieno, che vacuo, il che è contra l'argumento, che ſopra ciò ſi può fare. Biſogna anco saper che è meglio pigliar il cibo ſpeſſo, che vna volta ſola, pur che la natura lo comporti, non ſolo perche quelli che mangiano ſpeſſo, come ſono li fanciulli, & le balie, che lattano, ſono più belli, & più allegri, ma anco perche la putredine del nouo cibo pigliato più ſpeſſo, mentre che con il ſpeſſo mangiar, & ſpeſſo ſmaltir, l'vno entra, & l'altro eſce, non può troppo tempo durar nel corpo, & per queſto anco, non potendo tanto eſſiccare, ſi ſlonga più la vita.

Come ſi ſlõga più la vita.
Come è meglio pigliar cibi facili da cuocer, che difficili, & perche.

E' anco meglio pigliar più preſto i cibi facili da cuocer, che li difficili, acciò che quando ſi inuecchiano, ò che perdono il ſapore, più facilmente ſi poſſono cacciar fuori: & coſi entrando in luogo delli vecchi, li noui cibi della medeſima ſorte, acciò che diano più preſto riſtoro, quando poi ſaranno ridotti alla natura eſcrementoſa, ſi poſſano più preſto cacciar fuori, & pigliarne di nouo de gli altri ſimili. Biſogna anco ſaper, che li cibi che ſi cuoceno facilmente, ſon ſempre più humidi, conſiderando il tempo dell'anno, la regione, la natura, l'etade, & la conſuetudine di colui, che li piglia, & che, congiunti con altre coſe humide, cauſano ancor maggior humidità, tal che li cibi ſecchi ſi liquefano più tardi, & con più difficultà; & coſi ancor hora più preſto, hora più tardi ſi putrefano: ma poi quando ſono alterati, ò che ſi putrefanno, quelli ſi cacciano fuori più preſto, & quelli altri più tardi, quelli eſſiccano manco il corpo, & queſti l'eſſiccano molto più.

Come li cibi, che facilmente ſi cuoceno, ſono ſempre più humidi, & in qual modo.

Come li cibi ſecchi li cuoceno più difficilmente.

Come quelli, che ſpeſſo pigliano cibi noui più tardi s'auuecchiano, & in qual modo.

Et per tal cauſa quelli, che ſpeſſo pigliano cibi noui, più tardi s'inuecchiano, come quelli che rinouano di continuo l'humido naturale, acciò che non ſi putrefaccia troppo con le coſe vecchie, & queſti ſon quelli,

che

che mangiano non vna volta, ma due, & tre al giorno, secondo che la loro natura tolera, & il cibo, che pigliano non è duro, ma humido, poi che il duro fermandosi vn pezzo nel corpo, quando poi si corrompe, la putredine sua non è piccola, ma grande, & per esser duro, & contumace, si caccia più tardi fuori del corpo; & per questo anco, è più essiccatiuo, & affretta più la vecchiezza: l'humido poi, si come più facilmente, si altera, così anco più presto si caccia fuori, & manco essicca.

Come il cibo duro quando si corrompe fa la putredine maggiore, & altri mali.
L'vtile dal cibo humido.

In somma quelli, che si nutriscono più di cibi humidi, che duri, & che pigliano di quelli cibi spesso, & non vna volta, si mantengono più sani, & più belli, & questo chiaramente si conosce ne i pesci, per conto della sanità, li quali pigliano tutti li suoi cibi con l'acqua, per conto poi della bellezza, si conosce ne i fanciulli, & nelle donne, che lattano (come hauemo detto:) & appresso nelli Francesi, nelli Fiaminghi, & Germani, li quali mescolano tutti li suoi cibi con il beuer spesso, & in gran quantità; ma li fanciulli, & le balie viuono più longo tempo, perche la putrefattione, alla quale sono soggietti, non è tanto gagliarda, & massime per esser pur qualche misura nel suo viuer, cosa che non è in questi altri, li quali viuono manco tempo, perche la putrefattione, che in essi si fa; è più vehemente, così accade a quelli, che si nutriscono di cibi più presto bolliti, che cotti a rosto, perche con l'aiuto di quelle humidità più facilmente vanno al basso, onde poi per non fermarsi troppo nel ventre, non si possono corrompere.

Quelli che pigliano cibi humidi, & spesso, sono più sani, & più belli.
Nota l'essempio delli pesci, & fanciulli, & balie.
Per qual causa li Francesi, Fiaminghi, & Germani viuono poco tẽpo.

Et benche si possa opponer a quella ragione, che sono alcuni corpi nel cui stomaco li cibi duri si cuoceno benissimo, & li leggieri, molli, & teneri, subito si corrompono, & si conuertono in pessimo puzzore; nondimeno bisogna saper, che tal cosa accade, quando questi pigliano vgual quantità, ma poco dell'vno, & dell'altro cibo, perche altrimente pigliando gran quantità di cibi humidi, & molli, non solo non nociono, ma giouano molto più, poi che con empire assai il ventre, resistono più forte, & più presto alla putredine, prima che si possa generar alcun puzzore: anzi questa sorte di cibi si cuoce bene, & bene si distribuisce, & fa che l'huomo ha più bel colore (come si può cauar dalle cose dette di sopra) tal che l'argomento, che si fa, vale quando li cibi leggieri sono in poca, & non in molta quantità, nè manco sono contra di questa sententia le parole d'Hippocrite, che dicono, τὰ ἀδυνάτατα σπία ὀλιγοχρονίην βιοτὴν ἔχει perche questa parola ἀδυνάτατα, cioè questi cibi si chiamano debili, non perche siano di natura debili, ma perche indebiliscono quelli, che li mangiano, & così tali cibi non hanno in se la vi-

Nota quelli che di geriscono presto li cibi duri, & corrõpono li humidi.
Come tal cosa accade.
Quando si piglia gran quantità di cibi humidi, & molli, non può seguir alcuna putredine.
Come l'argomento, che si fa sopra di cio si deue intẽdere.
Come alcuni cibi si chiamano debili.

ta breue

ta breue, ma la fanno hauer breue a quelli, li quali mangiandone spesso non gli portano fortezza, ò vigor alcuno, ma più presto gli fanno ogni hora più deboli, & per questo non bisogna quiui dichiarar quella parola τὸ ἔχει pur che habbiano, ma perche portino, come se si dicesse, che li cibi di qualunche sorte, ò molli, ò sodi che siano, quando fanno l'huomo debile lo fanno ancora di vita breue, & questo si conferma per il medesimo Hippocrite, il qual altroue ha scritto αἱ ἀδύνατοι διαῖται ψυχραὶ, cioè le diete debili sono fredde non perche siano in se fredde, ma perche fanno freddi, quelli che seruano tal modo di viuere, si come quando sottogiunge, & dice αἱ δὲ ἰσχυραὶ θερμαὶ cioè che le forti sono calde.

Come li cibi che fanno l'huomo debile lo fanno ancor di vita breue.

A quali gioui il calcio, & la carne vaccina, Come l'vso di questi cibi non è sicuro a Roma.

Come a Roma bisogna mangiar assai, hauer il ventre lubrico, & far poco essercitio.

Li cibi duri poi da cuocer, com'è il cascio, & la carne vaccina sogliono portar poco danno a quelli, che fanno grande essercitio, & qualche volta giouano, perche se saranno ben cotte, & ben digeste, danno forza al corpo, nondimeno l'vso di questi cibi non è cosi sicuro a Roma, come in altri luoghi, perche qua bisogna mangiar assai, hauer il ventre molto lubrico, & far poco essercitio, & quelli cibi fanno nel corpo nostro qua in Roma il contrario effetto.

A quali nuociano li cibi duri, & sodi come sono li pasticci, & qual danno li portano.

Se poi alcuno viuerà sobriamente, & non metterà insieme molta copia di flegma nel ventriculo, se la sera, ò la mattina, mangiarà in quantità cibi duri, & difficili di liquefarsi, come sono pasticci, ne sentirà grande nocumento, perche con gran fatica si mollificano nello stomaco, per esser primi di succo, & di humore, & per questo sogliono spesso causar dolori di qualche importanza: se poi questi cibi saranno molto caldi, abbrusciano alle volte la lingua, il palato, & le fauci, & se dopò alcuno beuerà molto fresco, li denti se gli intenerisconо, come fa l'acqua col marmo cotto, è ben vero, che maturano la pituità, quando è copiosa nello stomaco, acquetano la nausea, & prohibiscono la stracchezza.

L'vtile che portano questi cibi sodi.

Del beuer frediſsimo. Cap. XIII.

Le cose fredde sono più graui che le calde. Il danno che porta la beuanda molto fredda.

CIO' che si beue, ridotto a gran frigidità, ò con la neue, ò con altra maniera, oltre che in vgual misura comparato alle altre beuande manco fredde è più graue, & più denso, graua molto lo stomaco pieno, & l'indeboliſce, lo mette sottosopra, & gli causa dolore; quando è vacuo, leua l'appetito, offende il petto, & gli fa ostruttione in am-

in ambidui li fianchi (si come Hippocrite lasso scritto, dicendo) se il vino, il cibo, & la beuanda saranno molto freddi, congelano gli humori nel corpo, & fermano il ventre nel congelarlo, & nel rifrescarlo: oltra di ciò queste beuande vsate di continuo, mentre che passano per il fegato, l'indurano con la estrema frigidità, se anco vno, mentre che copiosamente suda, ò poi che è vscito dal bagno, ò c'ha corso assai, ò fatto qualche altro violento essercitio, beuerà fredissimo infretta, & senza respirare, è pericoloso di morir all'improuiso, ma almeno gli verranno dolori, & molestissime soffogationi. Quello che suol mangiar poco, patirà indigestione, varij fastidij di stomaco, & si farà presto vecchio: è anco molto pericoloso a quelli, che sono molto vecchi, ai fanciulli, alle donne, c'hanno parturito di fresco, a quelli, che stanno in otio, & c'hanno il petto debile, & a quelli, che rottano spesso con dolore delle parti propinque al cuore: è vero che il beuer fresco all'estate, dopò che l'huomo ha ben mangiato, non può esser di danno, ò ben poco, perche raffrena l'ardore causato, ò dal tempo, ò da molti cibi. E' poi di grande vtile a quelli, che sono, ò pieni, ò corpolenti, & a quelli, che fanno molto essercitio, & c'hanno fatto longo viaggio, & che, quando fa gran caldo patiscono molta sete, & a quelli, che sono soliti beuere a questo modo, in somma se alcuno inanti che pransi, ò che ceni, ò poco dopoi c'hauerà incominciato, beuerà vna tazza di brodo ben caldo, & poi c'hauerà mangiato li soliti cibi, beuerà più d'vna volta freddissimo, si diffenderà sempre, ò poco meno d'ogni danno, che li possa dar il beuer dell'acqua fredda, la quale non merita così risolutamente d'esser biasmata (come alcuni vogliono) perche, oltre le ragioni, c'hauemo detto di sopra, si giudica che fusse in vso anco appresso gli antichi, si come pare che voglia dir Gal. & Hippocrite. Lasso hora da canto altri Auttori, cioè Medici, poeti, & historici, con tutto ciò però è sempre più sicura l'estate che l'inuernata, poi che il caldo dell'aria, che nè circonda, altera più spesso il nostro corpo, & le parti sue, che non fa questa beuanda con il suo freddo, tal che ancora, che sia presa tre, ò quattro volte al pasto, nondimeno l'aria calda con il suo continuo toccar, & in spirar, caccia fuori, ò almeno leua la forza a quello freddo. Ma l'inuernata il continuo freddo dell'aria insieme con il freddo di tal beuanda, accresce quelli mali, c'ha scritto Hippocrite, cioè l'offesa di ossi, di denti, di nerui, del ceruello, della midolla spinale, del petto, & prouoca tosse, & flussi di sangue, & catarri. E' anco da saper, che se all'estate soffiarà l'austro, & che vi siano molte pioggie, le quali sminuiscano la sete, done

Nota che la beuanda s'è molto fredda congela gli humori nel corpo.

Indura il fegato.

Nota altri danni, che porta la beuãda fredda, & quando li porta.

A quali particularmẽte è pericolosa questa beuanda.

L'vtil che porta il beuer freddo.

Quali sono quelli che sentono vtilità dal beuer freddo.

Quello c'ha da far vno acciò che il beuer freddo nõ gli porti danno.

Come il beuer freddo, era in vso appresso a gli antichi.

Come è più sicuro beuer freddo l'estate che l'inuernata.

Come il caldo del la estate superi il beuer freddo, & in qual modo.

Il danno che porta il beuer freddo a l'inuernata.

In qual tempo bisogni beuer manco, & qual sorte di beuanda.

anco

anco l'austro empie il capo, bisogna beuer manco, & ciò ha da esser, ò vino ben' adacquato, ò acqua pura, perche a questo modo il capo si empie manco, & manco si offende.

Quando li vini potenti sono di vtile, & di danno.

Quando poi l'huomo mangia assai, se beuerà vini potenti, ne sentirà sempre danno, & se mangia poco, ne sentirà vtile: ma perche in questa Città, (come molte volte hauemo detto) è vtile a mangiar assai, è anco ben fatto hauer in vso quelli vini, che portano poca acqua, & poi anco temperarli assai bene, (hauendo però ogn' vno risguardo alla sua natura) accioche il cibo nello stomaco, & il succo, che da quello viene, & che poi è tirato nelle vene, non sia di maggior peso di quello che saria, se fosse mescolato solamente con acqua. E' però quelli che mangiano assai, & beuono acqua, portano più facilmente la quantità delli cibi, che quelli che beuono vino, & massime potente; perciò che l'acqua, & il vino bene adacquato, passando per le vene con gli humori generati dal cibo, quando è di peso alla natura, camina facilmente alle reni, & alla vesica, & si caccia fuori per via dell'orina, cosa che non può far così facilmente il vino potente, ilqual, si come indura, & ferma le carni, così anco condensa gli humori con li quali passa per le vene, & gli fa insieme con se stesso più pigri alla espulsione, talche fermandosi longo tempo nelle vene, se gli fa graue, prima che possa vscir per via dell'orina. Onde quelli che beuono acqua, ò vini piccoli mescolati con acqua, orinano più spesso, che non fanno quelli, che beuono vini potenti, & questi tali orinano spesso arena, cosa che mai, ò rare volte accade a quelli che beuono vini piccoli, poi che in quelli, gli humori, non potendosi così facilmente euacuar per la loro abondantia, si fermano nel corpo, più tempo di quello, che conuiene, & per questo si genera la sabbia: doue che in questi altri, sono cacciati fuori inanti, che si conuertano in sabbia. In somma quando si mangia assai, è più vtile il vino piccolo che il grande, il qual causa grauezza, & caldo nello stomaco, & in tutto il corpo, confonde l'intelletto, causa dolor di testa, sete, & amarezza di bocca, & da occasione alle reni di generare sabbia, & calculi; oltre di questo, ò ch'astringe il ventre, ò che li causa qualche indigestione, dalla quale poi nasce flusso di corpo fuori di tempo, & fa l'huomo inchinato a diuersi mali: ma il vino piccolo fa tutto il contrario, perche è causa che il cibo, & l'humor, che dal vino si genera, facilmente si cuoce, fa lo stomaco, & tutto il corpo più leggiero, lubrica il ventre, conforta il ceruello, in somma per non essiccar tanto, allunga la vita assai più.

Quelli che mãgiano assai, & beuono acqua portano meglio il cibo, che gli altri.

L'effetto bono che fa l'acqua, & il vino beue adacquato.

L'effetto cattiuo, che fa il vino potente, & puro.

Per qual causa quelli che beuono acqua, ò vini piccoli orinano più spesso, che quelli, che beuono vini grandi, & puri.

Come quelli orinano sabbia, & gli altri non mai.

Vedi la causa di tale effetto.

Il danno che porta il vino grande.

L'vtil che porta il vino piccolo.

Final-

Finalmente ancor che Hippocrite habbia scritto che la mutatione della longa consuetudine fatta di vino bianco, in nero, & di nero in bianco, nuoce, nondimeno quando l'huomo non fa molta differentia dall'vno all'altro, non importa, pur che l'altre cose siano pari: però bisogna saper che il vino nero, ò rosso, quanto è più denso, & grosso del bianco, tanto più forza da al corpo, & quanto manco odore ha, offende manco il capo, ma stringe spesso il ventre, pur che non sia dolce.

Quando importa mutar vsanza di beuere vino bianco in nero, & di nero in bianco. L'effetto che fa il vino nero, o rosso.

E' anco di sapere, che sono tre sorti de sapori ne gli alimenti, li quali piacciono principalmente all'huomo, cioè il dolce, l'acido, & il salso, gli altri non tanto piacciono, com'è l'austero, lo acerbo, l'amaro, & l'acre, li quali non sogliono piacer, se non per accidente: a quelli l'huomo naturalmente è inchinato, & in quelli fa molti errori (saluo se la ragione domina molto al senso) come che gli sia assuefatto sin dentro dal ventre della madre, tal che non è poi marauiglia, se, poi che è nato, a pena se ne può contener, quando gli viene occasione di goderli, poi che molto ben si sa, che il primo nutrimento del feto nel ventre della madre, è il dolce (come hauemo dichiarato nel libro del mal Francese) & questo auiene, perche così richiede quella simplice, & natural mutatione, che si fa nelli corpi nostri chiamata concottione, per la quale tutti gli humori naturali sogliono farsi dolci, come si vede manifestamente nel latte, che si da al bambino, subito che è nato, il quale si sente dolce, ma questo sapore allongo andare (come nel detto luogo hauemo dichiarato) per esser accresciuta in qualità quella concottione, la quale pian piano si muta in putrefattione, la qual però non è molto contraria all'huomo, si conuerte parte in sapor acido, & parte in salso, & per questo è probabil cosa, che l'huomo si diletti più di cose dolci, acide, & salse, che di acerbe, d'amare, & d'altri sapori: nè tal cosa può esser (come molti pensano) perche il dolce sia più leggiero, & l'amaro più graue, perche spesso si trouarà vna cosa amara, più leggera, che vna dolce, com'è il succo di absintio purificato è ancor amaro, & nondimeno è più leggiero, che il mele, nè manco può esser perche tutte le cose si nutriscano del dolce, ò di simil mistura (si come molti Filosofi dicono) perche si trouano molte piante delle quali noi si nutrimo, le quali si nutriscono d'amaro, come è l'abrotano, & la ruta, lasso l'aloe, & la colochintida, perche sono medicamenti: ma questi sapori sono più grati, perche il feto s'è già assuefatto sin dentro al ventre, a nutrirsi di simili alimenti, li quali, quando sente, poi che è nato, nel riccordarsi che di essi prima, che nascesse, s'è pasciuto, &

Come sono tre sorti di sapori che piacciono all'huomo, cioè il dolce l'acido, & il salso quali sono gli altri sapori che non tanto piacciono. Come, & perche in quelli l'huomo fa di molti errori.

Come il primo nutrimento nostro, nel ventre della madre è il dolce Onde nasce tal dolcezza.

Come la concottione si conuerte in putrefattione della quale poi nasce il sapor acido, & salso. Vedi la causa per la qual l'huomo si diletta più del sapor dolce, acido, & salso che di altro sapore. Nota l'esclusione di altre cause topra di cio.

Per qual causa questi sapori sono più grati che gli altri.

acreſſuto tanto, ſi moue tutto con gran deſiderio a ricercar quelli medeſimi ſapori, come molto famigliari alla natura ſua, & quando ne ha commodità grande, ſen'empie fuor di modo, & ſi come nel ventre il primo nutrimento è il dolce, coſi poi che ſiamo nati deſideriamo più il dolce, che ogni altro ſapore, & con il medeſimo modo, che ſi tiraua da noi, prima, che naſceſſimo, coſi dopò che ſiamo nati, & forſi con maggior celerità ſi tira da noi per nutrimento di tutt'il corpo (purche non vi ſia altro impedimento) & coſi ſi deue intender anco del ſapor acido, & del ſalſo, più, & meno però ſecondo la natura di quelli membri, che n'hanno di biſogno: & però col frequente vſo di queſti ſapori, che tanto deſideriamo, ne mangiamo alle volte in tanta quantità, quando n'hauemo abondantia, che non è poi marauiglia, ſe, per hauer mangiato troppo coſe dolci, caſchiamo in oppilationi del fegato, & della milza, & per li cibi acidi in catarri, & dolori di gionture, & per li ſalſi in prorito, & in ſcabbia. Queſti ſapori poi ſi accomodano più facilmente alli cibi, poi che non corriſpondeno vgualmente a quello, che ſi beue, & parlando delli vini, non accade a dire altro del ſapor ſalſo nel vino, perche non ſuol eſſere in vſo per beuer, ma dal dolce tanto più biſogna guardarſi, quanto più ſi beue con maggior auidità, & in più quantità che altra ſorte di vino, ma l'acido, che volgarmente ſi chiama bruſco, ò c'ha alquanto dell'acido, ò del auſtero, ò quello di mezzo ſapore non è mai di danno, pur che ſi beua con miſura da quelli, alli quali è vtile, & accomodato.

Nota che ſi come nel vētre il primo nutrimēto e il dolce, coſi è anco dopò che ſiamo nati.

Come il ſapor acido, & ſalſo ſi deſidera.

Il danno che portano queſti ſapori, quando ſe ne piglia in troppo quātità.

Come queſti ſapori s'accomodano più facilmente alli cibi che a quello che ſi beue.

Per qual cauſa il vino dolce porta tanto danno.

Quali ſaperi nei vini ooo ſono di danno.

In ſomma biſogna dir che quelli c'hanno le carni tenere, & molli, come ſono le donne, li fanciulli, & li gioueni, hanno biſogno di maggior nutrimento, che quelli, c'hanno le carni maſsiccie, perche ſi conſumano facilmente dal caldo, & maſsime ſe hauerano la febbre: li magri poi, & che hanno la carne ſoda, & che ſi nutriſcono di cibi parimente ſodi, come ſono li ſpagnoli, non patiſcono tanto per mangiar poco, & niente; per il contrario li gran beuitori di vino non poſſono comportar lo ſtar digiuni, ſe non con difficultà, nè manco alcuna frequente, & copioſa euacuatione, perche il loro nutrimento ſubito ſi riſolue: quelli c'hanno più fame, che ſete, hanno anco le carni, & tutt'il corpo più ſodo, & più maſsiccio, & in quelli che ſempre hanno ſete, & mai fame è maggior la riſolutione che in eſsi ſi fa, che non è quello che ſi ritiene: ſe alcuno dopò paſto hauerà troppo ſete, ſarà ſegno c'hauerà mangiato troppo, s'hauerà la reſpiratione denſa, ſarà ſegno d'hauer beuuto troppo, però biſognarà che queſto beua alquanto manco, & quell'altro, che mangi manco del ſuo ſolito.

Come quelli c'hāno le carni molli hanoo di biſogno di maggior nutrimento, & quelli, che le hanno maſsiccie hanno di biſogno di manco.

Li ſpagnoli nō patiſcono molto per non mangiare.

Li gran beuitori non poſſono comportar la fame ne molta euacuatione.

Nota che quelli c'hanno più fame che ſete hanno il corpo ſodo.

Quelli oe i quali è gran ſete ſi fa anco gran riſolutione d'humore.

In qual modo ſi conoſce che vno habbia mangiato, & beuuto troppo.

Se poi

Se poi alcuno a pasto haverà preso oglio, ò con insalata, ò con qualch'altro cibo, & che poco dipoi se lo senta passar per le fauci, si può tener per certo, che costui haverà beuuto troppo, poiche l'oglio nuota sopra la beuanda, quando è troppo, & salisse per la gola alla laringe, & alle fauci. A costui quasi subito dopò cena, ò verrà gran sonno, ò almeno gli occhi se li faranno graui, però bisogna che tardi andar a letto, due, ò tre hore, acciò che in tanto, almeno parte di quella gran beuanda, ò si euacui per via dell'orina, ò si consumi nello star sueglia-to, altramente sarà inquieto tutta la notte, & sarà trauagliato da molti, & frequenti vomiti, se ben leggeri; il che porta non poco danno, a i denti, & al capo, quando ciò spesso accade.

Come si conosce che vno habbia preso oglio nel cibo, & habbia beuuto troppo.

L'effetto che ha l'oglio ne i cibi quando vno ha beuuto troppo.

Che è ha da far in questo caso.

Il danno che seguita da questo disordine.

Alcuno potria aspettare, ch'io determinassi, se la cena deue esser più copiosa, che il pransо, ma mi pare che tal questione sia poco meno, che vana, essendo cosa naturale, & generale a tutti gli animali di pigliar il suo cibo pur che possano, quando n'hanno di bisogno, però a quelli che s'affaticano tutt'il giorno, sarà più vtile mangiar manco la mattina, che la sera, perche dopoi possono riposar a suo modo, onde da i Greci il pransо fu detto δεῖπνον ἀπὸ τῦ δεῖν πονεῖν quasi che dopò pransо bisogna durar fatica, la quale non si può durar se il corpo è pieno. Ma la cena si chiama in Greco δόρπον ἀπὸ τῦ δυρὺ πάνειν quasi che finita quella battaglia, si deue riposar, & per questo si deue mangiar meglio, & in più copia, con tutto questo però, bisogna, che ogni vno faccia esperienza di se stesso, & consideri bene qual più gli gioui, tal che potrà poi seguitar in quello, che si troua vtile, & schiffar con diligentia quello, che l'offende, poi che Hippocrite dice, che non si può trouar maggior certezza che il senso del corpo: nondimeno quelli che desiderano d'hauer il corpo più pieno, & più grasso, gli conuiene mangiar più la sera, che la mattina, pur che però la loro natura lo comporti facilmente, perciò che di notte, & massime quando si dorme, non si caccia quasi cosa alcuna fuori del corpo, l'huomo per ordinario non sputa, non si purga il naso, li spiriti visiui non si risoluono per il guardar cosi spesso, non si rende cosi spesso l'orina, come di giorno, nè manco si fa alcuna risolutione dall'aria, che ne circonda, perche per l'ordinario l'huomo sta ne i luoghi chiusi doue dorme, finalmente quasi tutt'il nutrimento si ritiene, & si consuma quasi per tutt'il corpo. Per il contrario di giorno, si fa grandissima risolutione dal moto del corpo, dalle attioni delli sensi, dai sputi, da quella materia, che viene dalle narici, da gli escrementi dell'orina, & del ventre, dalle lacrime alle volte, da gli escrementi

Come la questione del pransо, & della cena è vana.

A quali è più vtile il mangiar manco la mattina che la sera.

Nota il significato del pransо.

Nota il significato della cena.

Come l'Autore determini questa difficultà.

A quali conuiene mangiar più la sera, che la mattina.

Come di notte nō si caccia fuori del corpo alcuna materia per l'ordinario.

Come di giorno si fa grandissima risolutione.

delle orecchie, dal ragionar, dalli pensieri dell'animo, dalle vigilie, dal calor del celo, dalla frequente mutatione dell'aria, che nè circonda, & per l'attrattione che fa l'aria a se stesso fuori del nostro corpo, tal che bisogna concluder, che, se la mattina si mangia assai, si fa anco grande risolutione, & per il contrario, se la cena si mangia meglio, quasi tutto si ritiene, & per questo la cena copiosa giouа più per ingrassare, che non fa il pranso. Però se non vi è altra differenza, giudico che non importi mangiar più la sera, che la mattina, nella mattina più che la sera. Pur che però l'huomo auuertisca a questo, cioè quando ha ben cenato, & che di sua natura sta vn pezzo prima che vadi a letto, & poi dorme bene, può sicuramente cenar sempre a quello modo, ma se subito dopò cena, ò è assaltato dal sonno, ò che la notte dorme male, costui ha da pensar, che gli sarà più vtile mangiar manco la sera, che la mattina.

A quali giouа più la cena copiosa, che il pranso.

A quali non importi mangiar più la sera che la mattina.

A quali importi mãgiar più la mattina che la sera.

Del sonno, & della vigilia. Cap. XIIII.

POI c'hauemo detto assai del mangiar, & del beuer, resta che parliamo del sonno, & della vigilia.

Bisogna adunque prima pensare, che per ordine di natura è molto più il tempo che l'huomo vegghia, che quello che dorme, poi che nel vegghiare, è sempre in qualche essercitio, al qual tanto è inchinato, & nel dormire sta totalmente in otio, che tanto gli dispiace: & per questo mentre che vegghiamo, si può dir veramente che siamo viui, doue che quando dormimo siamo più simili a morti che a viui: & perche naturalmente siamo sforzati a dormire, poi che siamo stati vigilanti vn pezzo, & appresso gl'instrumenti de i sensi già stracchi per li loro spiriti perduti in gran parte nella vigilia, cercano di riposar, acciò che possano poi con più forza resister di nouo alle fatiche della vigilia, è necessario che il sonno sia stato introdotto dalla natura, per causa della vigilia, perche tanto è bisogno a seruirsene, sin che gl'instrumenti de i sensi, che prima erano votati si ristorino, acciò che l'huomo di nuouo possa ritornar alla vigilia, & alle sue operationi. Il sonno adunque sarà vtile, & bono, quando lo stomaco è pieno, poi che se sarà voto, & con fame, è sempre di danno, perche consuma gli humori boni, che vi sono dentro, smagrisce l'huomo, lo fa debile, & tristo, ma se alcuno vorrà dormire a questo modo, per smagrire, si fa per vn'altra causa. Il tẽpo atto al dormire è più

Molto più è il tẽpo che si vegghia quello che si dorme.

Per qual causa siamo sforzati a dormire.

Il sonno è instituito per causa della vigilia.

Quando il sonno è vtile, & buono.

Quando il sonno è di danno, & in qual modo noce.

è più la notte, che il giorno, poiche la notte siamo inchinati al riposo per le tenebre, & il giorno al moto per la luce, ma se la notte nō haueremo potuto dormire, è manco male dormire dalla prima hora sino alla terza parte del giorno, che dall'hora in poi. Cō tutto ciò però quādo li giorni sono lōghi, ancor c'habbiamo dormito bene la notte, se saremo sforzati dormire alquanto di mezzo giorno, è sempre meglio a dormir quel poco inanzi il cibo, che d'altr'hora, pur che però la fame non ne molesti, perche all'hora, se sarà restata qualche reliquia di cibo del giorno inanti, ilquale, ò per il trauaglio della notte, ò per qualche altra causa c'habbia potuto leuar il sonno, non si sia potuto conuertir nella sostantia del corpo, si conuerte all'hora più commodamente, & con maggior sanità, doue che per il dormir doppo il cibo, le poche reliquie del giorno inanti (se pur vi sono) si confondono, hora più, hora manco, con gli humori sottili, & vapori del cibo preso all'hora, onde poi ne nasce il sonno dubioso, & pericoloso. Benche se quella confusione è poca, all'hora, il sonno è breue, & noce poco, ma se è grande, perche quasi sempre forza l'huomo a dormir più longo tempo, & poi ch'è suegliato, vi resta ancora vn poco d'inchinatione al dormire, suol portar gran danno, poi che con il tempo il corpo si fa graue, & pigro più del solito, nascono catarri, l'huomo perde il color suo naturale, & si fa pallido, & quasi attonito, & patisce nella memoria. Ma se ad alcuno per qualche proprietà non accaderà nissuna di queste cose, anzi se nel suegliarsi si sente più agile del corpo, l'animo più pronto, & la cera più allegra, potrà sicuramente dormir anco dopò pranso, nel qual tempo è molto meglio riposarsi sopra qualche sedia, con la testa alta, che abbassa nel letto, perche si empie manco la testa a quello, che a questo modo, si come si vede, che le vene di vna mano alta, sono vote di sangue, doue che se sarà abbassata, quasi subito s'empiranno.

Come il tempo atto al dormir è più la notte che il giorno.

Quādo si può dormir di giorno, & di qual hora.

Notache il giorno è sempre meglio dormir inanti il cibo, che dopò il cibo.

Il dāno che seguita dal dormir di giorno dopo il cibo.

Dannī particulari che seguitano dal dormir troppo dopò il cibo di giorno.

Come si conosce che il sonno dopò pranso noce.

Come di giorno si deue dormir alto, & non colcato, & per qual causa.

Et se per sorte occorre, che l'homo sia sforzato a leuarsi la mattina inanti al tempo, & che per questo bisogna dormir di nouo contra il suo solito per il giorno, se non haverà fame, sarà bene a dormir inanti che pranzi, ma se haverà fame, potrà mangiar alquanto più sobriamente del solito, & in cambio di vino, beuer ò acqua, ò vino benissimo adacquato, & poi potrà sicuramente mettersi a dormire.

Quādo di giorno si deue dormir ināti pranso, & quando dopò pranso.

Come volēdo dormir dopo pranso, si deue beuer acqua, o vino bene adacquato.

Quanto al tempo che s'ha da dormir, è cosa molto difficile a limitarlo, poi che quello delli bambini, fanciulli, & giouinetti, è naturalmente longo, nei gioueni manco, nei vecchi è anco manco, se ben douria esser altrimenti, nondimeno, quando è passata l'adolescentia, se il sonno non dura almanco sette hore, rare volte è abastanza, ma se durarà sette, ò poco più,

Li vecchi dormono poco se bene douriano dormir assai.

Il sonno passata l'adolescentia deue esser da sette a noue hore.

Come si conosce quando l'huomo ha dormito troppo.

Come si conosce quando l'huomo ha dormito se nõ il douere.

Quando si dorme troppo.

Come si conosce quando si dorme poco.

Come si conosce quando ha dormito troppo.

Come la natura comporta che l'inuernata, & la primauera il sonno sia alquanto piu longo, & per qual causa.

Come nelli vecchi passata la primauera il sonno è piu suaue, & per qual causa.

Nota la vana dottrina de gli Arabi circa l'hora d'andar a letto dopò cena.

Come è vanità il determinar il lato che deue tener l'huomo nel dormire.

più, per insino a noue, spesso suole essere a sofficientia, & questo si cognosce facilmente, perche dopò che l'huomo ha dormito troppo, si vede spesso sbadagliare, ò stenderssi con tutto il corpo, ò che è molto stracco, & pigro, ouero che è tristo, con vna certa inclinatione al non parlare. Ma se l'huomo hauerà dormito se non il tempo conueniente, nel suegliarsi, hauerà la cera allegra, l'animo pronto, & il corpo agile.

Colui che ha passato li 22. anni, & che dorme più di sette, ò noue hore, passa sempre li termini della sanità, tanto più, & meno, quanto più, & meno passa le dette hore, ma se dorme meno, sarà poco, & questo si conoscerà, se vi sarà indigestione di stomaco, rotti acidi, ò puzzolenti, flusso di ventre, & che il corpo non solo non si nutrisce, ma più presto si smagrisse, se poi l'huomo hauerà dormito troppo, si conoscerà, che li sentimenti suoi non saranno cosi suegliati, la mente sarà balorda, il capo graue, la memoria meza persa, il corpo freddo fuor di modo, con abondantia di flegma, il color brutto, & il calor naturale sarà molto debile.

Et benche il sonno è di gran giouamento in tutti li tempi dell'anno, s'è moderato, nondimeno all'inuernata, & alla primauera la natura comporta, che sia alquanto più longo, purche non passi li termini, perche quanto più cibi solidi si pigliano in questi tempi, tanto più longo tempo deue l'huomo dormire, accioche il cibo solido possa più facilmente, & più commodamente liquefarsi nello stomaco. Bisogna anco saper, che il sonno nei vecchi, è sempre più suaue, & più longo passata la primauera, perche facendosi l'inuernata poca risolutione per il gran freddo, gli humori restano in maggior copia nel capo, & nel resto del corpo, liquali poi liquefacendosi, per esser il sole in maggior forza, circa il fine della primauera, humettano poi facilmente il capo, con tutto il corpo, onde ne seguita il sonno più longo, per la copia de gli humori, & più suaui per la piacevolezza della primauera, & il medesimo deue ragioneuolmente accader anco alli fanciulli, & alli giouani. Il cõmandar poi che non si vadi a letto subito dopò cena, ma aspettar (come li Arabi vogliono) sin tanto che il cibo è calato al fondo dello stomaco, ouero (come altri dicono) sin' tanto, che sia fatta la prima concottione, nel ventriculo; è diligentia troppo curiosa, com'è anco quella, che commanda che quando l'huomo s'è colcato, deue prima riposarsi alquanto sopra il lato dritto, & poi il resto del tempo, dormir sopra il sinistro, perciochè non insegnando costoro, come si possa conoscer, che il cibo sia vscito dal ventriculo, nè manco se il cibo casca da quel lato, nel qual l'huomo si volta, & se le vene lo tirano fuori dello stomaco inanti che sia ben cotto; si può giudicar

che

chè il lor consiglio è senza ragione, & fondamento, parlando essi in maniera, come se fossero padroni, & che commandassero alla natura, come che li membri bisognosi del nutrimento, habbiano sempre d'aspettare di tirare a se il chilo, sin che è fatto del tutto bianco nel ventricolo: oltre che anco le piante, le quali nel pigliar il nutrimento procedono nello istesso modo, che fanno li nostri membri, non tirano il loro cibo dalla terra, (la quale in esse, è come il ventriculo negli animali) sin' tanto che non è ben cotto, ilche si vede anco nei bambini, li quali subito c'hanno succhiato gran copia di latte, senza alcuna intramissione di tempo, si mettono a dormire, & stanno benissimo; lasso hora da canto gli animali bruti, come sono li porci, liquali subito che sono ripieni del suo cibo, dormono senza nissuno nocumento. Però potrà ogn'uno, lassando questa vana diligenza da canto, subito, & poco da poi preso il cibo, colcarsi sopra il fiancho dritto, ò sinistro, come gli pare, purche però, poi c'hauerà dormito, per molti giorni, si suegli non una, ma più, & più volte, cõ l'animo allegro, con il corpo agile, con la faccia lieta, & poi che sarà ben suegliato, non hauerà gli occhi molto humidi, nè la bocca piena di sputi insoliti: perche altrimenti se si leuarà dal letto tristo, lasso, & pigro, con gli occhi humidi, & con molti sputi in bocca, gli conuerrà mutare quest'vsanza, & accommodarsi nel sito, & nel tempo, & a quelle cose, nelle quali conoscerà di sentirsi meglio.

Come quello consiglio è senza ragione.

Come li membri tirano a se il nutrimẽto prima che si faccia bẽ bianco.

Quali dormono subito dopo il cibo, & stãno bene.

Come ogni vno puo colcarsi sopra quel latto che gli mette meglio.

Come si conosce se vno ha fatto bõ sonno.

Con tutto questo bisogna saper, che quanto più tardi stà l'huomo ad andar a letto, dopò cena, (purche il sonno non lo molesti troppo) tanto più facilmente, & più sicuramente può colcarsi sopra quel lato che più gli cõmoda, perciochè intanto che l'huomo stà suegliato, il cibo si liquefa nello stomaco, & anco è tirato alle vene, quello poi che resta, ilqual bisogna, che sia più grosso, & più sodo, restando in certo modo senza humore, casca in se stesso, & per questo occupa nello stomaco molto manco luogo, onde può l'huomo in quel tempo sicuramente voltarsi, da qual banda gli pare.

Come si deue tardar più che si può andar a letto, & all'hora colcarsi come gli pare, & la causa perche.

Non bisogna poi anco lassar da canto il sonno, il quale per altra causa conuiene al fegato, & questo per ordinario si fa nell'arriuare dell'aurora, nel qual tempo, (ch'è lontanissimo dalla cena) gli huomini cõmodissimamẽte sogliono riposarsi sopra il lato dritto, al quale è sottoposto il fegato, & quando il cibo già cascato affatto in se stesso, occupa molto manco luogo di prima, poi che non è più gonfio, com'era nel principio, quando entrò nel corpo, per la qual cosa portando il fegato principalmente questo beneficio, oltre molti altri, che da all'huomo (come ha-

Nota il sonno appropriato particolare al fegato, & quãdo gli conuiene.

Quando il cibo occupa mãco luogo che mai habbia fatto.

Il principale beneficio che porta il fegato all'huomo.

uemo

Per qual via passa il chylo.
Nota l'vtilità che porta la mattina nel colcarsi sopra il latto dritto.

uemo dichiarato nel libro dell'huomo) di attenuar, & purificar il chylo, del quale s'ha da nutrire l'animale, & c'ha da passare per gli angustissimi rami della vena chiamata porta, & caua, mentre che stà in questo sito, nel qual è premuto dalle viscere vicine, & superiori, caccia fuori di se tutto quello, che in esso si troua, & che potesse fare qualche obstruttione, cosa che non è di poca vtilità all'huomo, & appresso caccia maggior copia di succo nella vena caua, il quale poi, si come ristora meglio, & più intieramente tutti gli instrumenti delli sensi, cosi prouoca vno più longo, & più suane sonno.

Nota quelli che beuono assai a cena, ancor che gli venga presto sonno non deuono subito colcarsi, mà dormir sopra vna sedia alti, & pche.

Quelli poi che a cena beuono assai più, che non mangiano, perche il cibo gli nuota nello stomaco, & spesso nello star colcato salisse alle fauci, sarà meglio (se il sonno subito gli sopragiunge) dormir alquanto sopra vna sedia, con la testa, & il petto alto (purche altro non vi sia incontrario) accioche in tanto l'humor sottile che iui è (ilche si conosce dal sonno, che cosi presto sopragiunge) tirato alle vene, faccia che quello

Quando possono poi colcarsi nel letto.
Come è meglio star suegliati, & in piedi, & passeggiar, & per quanto tempo.

che resta nello stomaco, sia più grosso, & manco liquido, & poi fatto questo, potranno colcarsi nel letto: ma se il sonno non li molesta, sarà meglio star' vn pezzo suegliati, & in piedi, passegiar piano, & alle volte ancor sedere, sin tanto che gli humori più sottili, passati dallo stomaco, al resto del corpo, ouero cacciati fuori per via dell'orina, lassino il cibo nello stomaco alquanto più asciutto, & manco humido. Ne

In qual caso è mãco male dormir allo scoperto.
Nota il dãno che portano li raggi della luna.

in questo luogo posso tacere, ch'io non dica, che saria molto meglio dormir allo scoperto, che in vna casa, doue sia vn' buco, per il quale possano passar i raggi della luna, che percuotano quello, che dorme, perche si come da questo ne seguita la morte a gli animali bruti, c'habbiano qualche vlcere, cosi a gli huomini ne segue sempre male di qualche importanza, & questo si conosce per esperienza.

Con queste regole si può facilmente conoscer quanto, & in qual tempo l'huomo deue star' suegliato, & appresso si sà, che anchor, che l'huomo naturalmente quando dorme è da poco, otioso, & muto: quando però è

Come nella vigilia si cacciano tutti gli escrementi naturali.

suegliato, ancor che si riposi con il corpo, non si riposa però con l'animo, ma sempre pensa, & s'imagina di far' qualche cosa: oltre di questo la vigilia è atta a cacciar fuori gli escrementi naturali, cosa che non si può far' nel sonno, nel quale il corpo è caldo di dentro, di fuori freddo, nel-

Nota il prouerbio che dice che la vigilia è vorace
Come nella vigilia il corpo di tutta caldo, & di dẽtro mãco caldo.

la vigilia è tutto l'opposito: che nella vigilia si caccino fuori gli escrementi, si vede chiaramente, che ciò non si fa mai tanto che l'huomo dorme, se non per accidente, onde poi ne seguita la fame, è però il proverbio dice, che la vigilia è vorace, che poi il corpo sia nella vigilia di

fuori

fuori caldo, & di dentro manco caldo, sì comprende, perche all'hora li membri sono più pronti al mouersi; & anco più agili, & hanno bisogno di manco vesti, per coprirsi dal freddo: nel sonno poi è tutto il contrario, essendo li corpi di dentro caldi, & di fuori freddi, poiche la frequente, & densa respiratione, & il moto delle arterie più gagliardo, mostrano manifestamente il caldo delli membri interiori nel sonno.

Come nel sonno il corpo di dentro è caldo, & di fuori freddo.

Et si come il sangue nel sonno si ritira alle parti interiori, come dice Hippocrate, così empie più il polmone, il cuore, & le arterie, & fa tutto quello c'hauemo detto, & per questo alcuni dicono, che il sonno giona alle viscere interiori.

Come nel sonno il sangue empie il polmone il core, & le arterie.

In somma il dormir troppo, & il veggiar troppo sono causa di molti mali, per questo il cibo, & la beuanda restano crudi, & indigesti, per quello l'huomo s'infiacchisse, & gonsia, come fa il polmone, quando è pieno di vento.

Il danno che porta il troppo veghiare, & il troppo dormir.

Quelli poi che si fanno corpulenti per il dormir assai, sono manco forti, che quelli, che s'ingrossano nella vigilia, poi che questi hanno la carne soda, & quelli altri l'hanno molle, come si conosce da i fanciulli, & dalli gioueni, quando tutti sono grassi, perche quelli dormono assai, & questi per il contrario dormono molto meno.

Quelli che s'ingrassano per il dormir sono più debili, che quelli che s'ingrassano per lo star veggiati & per qual causa.

Dell'euacuatione, & repletione. Cap. x V.

POI c'hauemo detto assai del sonno, & della vigilia, resta che parliamo dell'euacuatione, & della repletione: poi che adunque gli animali non hanno il nutrimento pronto, come le piante, ma sono forzati a cercarlo altroue (come hauemo dichiarato nel primo libro del mal Francese) la natura gli ha fabricato alcuni instromenti ne i quali lo riponessero, come inconserua, poi che l'hauessero ritrouato: & appresso, acciò che per diffetto del nutrimento non si morissero di fame, gli ha dato l'appetito, dal qual fossero spinti ad empirsi più, che fosse possibile (si come hauemo scritto nel detto luogo) & perche poteua accadere, che per la voracità si fosse troppo empito, hauendo abondantia di cibo (poi che non tutto quello che si mangia, & che si beue si conuerte in nutrimento, ma sempre qualche parte se ne passa in escremento) acciò che non ne nasceesse alcun gran male all'animale, gli ha fabricato altri instromenti, per li quali il cibo, se fosse fatto inutile, ò per esser troppo, ò per esser cattiuo, & di mala qualità, si potesse cacciar fuori del corpo, &

A qual fine la natura ha dato alcuni mebri a gli animali di riponer il cibo.

A qual fine gli ha dato l'appetito.

A qual fine gli ha dato li membri di riporre li escremenți.

per questo ha fatto nelli vccelli il gorgozzo, & nelli boui lo stomaco, con il terzo, & quarto ventricolo, & a noi parimente lo stomaco, & alcuni intestini, ne i quali riceuemo, & ritenemo gli alimenti, & poi gli altri intestini, & li meati dell'orina, & altri vasi, per li quali si cacciano fuori gli escrementi, cioè li grossi, per vna via, & li sottili per vn' altra.

Vedi per questo Aristotile nel lib. 3. de parte animalium al cap penultimo, & vltimo.

Hauendo adunque l'huomo tanto appetito, quanto gli altri animali, & di più hauendo anco la commodità di prouedersi con la sua diligenza, di maggior copia di cibo, rare volte accade, che non pigli più cibo di quello, che gli fa di bisogno, & che mangiando, & beuendo ogni giorno, non s'empia anco troppo ogni giorno, & che non sia facile a patir di quelle infirmità, che vengono dalla troppo pienezza. Per la qual cosa è necessario, che s'affattichi prima ogni giorno di scaricarsi di questa superfluità, & massime in Roma, & di poi si sforzi con diligenza di difendersi da quelle infirmità, che possono nascer da simil pienezza: il primo hauemo a bastanza insegnato nel libro di lubricar il corpo, il secondo si è già dichiarato in parte in questo libro, & parte meglio si dichiararà qui abbasso, poi che spesso in varie maniere, oltre quelle, che già ho scritto, se ne offerisse l'occasione di farlo. Prima adunque se occorre che per molti giorni alcuno mangia bene, & poi perde l'appetito, ò tutto, ò parte, & che alle volte tossisse senza sputare, & abborisse li cibi soliti, con al quanto di nausea, & non ha sete, a costui verrà, ò dolor di testa, ò stracchezza di tutto il corpo, ò gran copia di sputi, che vengono sù dallo stomaco, con la tosse (come già hauemo insegnato) ò rutti puzzolenti, & poi gli può giongere, ò flusso di ventre, ò febbre: però inanti che venga a questi termini, bisogna che lassi li cibi duri, lubrichi il corpo, se è stittico, & che beua brodi assai, ò simili cibi, & se preso c'hauerà queste cose, cognoscerà di poter facilmente vomitare, s'aiutarà quanto potrà: ma senza forzarsi: di più beuarà acqua, ò poco vino, & bene adacquato, & farà poco essercitio.

Per qual causa l'huomo pigli più cibo di quello che gli faccia di bisogno.

Ciò che deue far colui che mangia troppo per non amalarsi.

Con quali segni si può conoscer il male c'ha da venir per il troppo mangiar.

Quali sono li mali che seguitano appresso a questi segni.

Ciò c'ha da far vno per non amalarsi.

Se poi alcuno ha il ventre molle, secondo il solito, quando è tempo di mangiar, sente la fame, non aborrisse il pane, ma ne piglia manco del solito, & mangia più lentamente, & se ben si sforza di mangiar più, non può; costui ha copia grande d'humori nello stomaco, ò crudi, ò di mala qualità: ma l'vno, & l'altro di questi humori, se bene non possono nutrire, causano però vna specie di fame falsa. Acciò che adunque questa superfluità si sminuisca, bisogna mangiar poco, & far poco essercitio,

Nota altri segni in questo caso.

Ciò c'ha da far costui per non amalarsi.

sercitio, pigliar più spesso brodi ben caldi, che cibi sodi, acciò che se vi è qualche corottione, si possa contemperare con quella noua beuanda, se anco vi sarà crudezza di humori, si possa più facilmente cuocer con l'aiuto del caldo del brodo.

Se alcuno ha il ventre stittico, & sente grauezza nello stomaco, non ha sete, non ha febbre, gli viene gran fame inanti al suo solito, & se subito non mangia, li pare di venir meno: costui è pericoloso di patire gran dolori di stomaco, vomiti fastidiosi, & facilmente se gli spargerà il fiele per il corpo. Inanti adunque che queste cose gli accadano, sarà bene, che per molti giorni (sin tanto che questa fame gli è cessata, & che il ventre faccia il solito officio) lubricarlo con clisteri leggieri, fatti d'oglio commune, ò di mandole dolci, ò di simile altra materia, posti mattina, & sera, ò almeno vna volta il giorno inanti pasto, ouero pigliar mattina, & sera d'vna mezza hora inanti il cibo, vna di quelle pilole c'hauemo scritto nel libro di lubricar il ventre: onger tutt'il ventre di qualche sorte d'oglio, che iui hauemo scritto, guardarsi affatto da i cibi duri, & molto arrostiti, pigliar cibi molli, & caldi, beuer acqua, & vino piccolo, & bene adacquato, perche mentre il cibo si ritiene più del douere nello stomaco, acquista maggior putredine, & si fa manco atto a nutrir il corpo, onde poi eccita vna fame fastidiosa, & bastarda. Poi che adunque il cibo è molto putrefatto, eccita flati, dolori grande, & vomiti, gonfia notabilmente lo stomaco, come se fosse tumefatto, il quale poi fatto maggior del suo solito, & inalzato alquanto, inalza parimente la vesica del fiele (la qual, se bene è attaccata al fegato, sta però di continuo posta tra lo stomaco, & il fegato) la caccia verso il fianco dritto, & insieme la stringe di maniera tale, che quasi subito il fiele è sforzato vscir della sua vesica, & entrare nelle vene del fegato, onde poi mescolato con il sangue, passa per tutto il corpo, & fa l'huomo itterico, senza che v'intrauenga alcuna ostruttione, ò della sua vesica, ò d'altro luogo vicino, cosa però che è molto contraria alla commune opinione.

Nota altri segni sopra di ciò.

Ciò c'ha da far costui per non amalarsi.

Onde nasce la fame bastarda.

Ciò che fa il cibo putrefatto nello stomaco.

Il sito della vesica del fiele.

In qual modo il fiele esce dalla vesica sua, senza oppilatione, & l'effetto cattiuo che poi fa.

Se vn'altro per molti giorni inanti hauerà mangiato copiosamente, & poi perde affatto l'appetito, sente dopò hauer mangiato, grauezza nello stomaco, fa certi sputi lenti, & flegmatici inanzi, ò dopò il cibo, ò nell'vn tempo, ò nell'altro, non ha sete, è tristo, patisse spesso vn certo moto accompagnato da singolto, che finisse in rotto, come se le fauci fossero tirate abasso, & che si spasmassero.

Nota altri segni sopra di cio.

Costui si può facilmente soffocar di notte, dopò cena, dopoi che ha

Qual male può seguir dopò questi segni.

dormito alquanto, mentre che si sforza di vomitar, & non può, il qual accidente, se poco dura, cessarà, con far quanto prima molti rotti, & poi cacciar fuori per lo sputo molta flegma, & viscosa, ma se dura molto più, può facilmente in quel ponto morire, come accade spesse volte a quelli, c'hanno mangiato gran quantità di fonghi, ancor che non siano venenosi: & ben che molti credano, che questo accada dal ceruello principalmente offeso per l'aplopessia, chiamata volgarmente goccia, nondimeno il fatto non è a questo modo, ma più presto è perche, mentre che l'homo cerca di vomitar, & non può (perche la materia è tanto viscosa, & tanto attaccata allo stomaco, che non si può cacciar fuori) contiene il fiato, & non può respirar (come accade a tutti quelli che sono per vomitar) & quasi pare che si soffochino, se questo accidente termina presto, presto anco l'huomo se ne libera, ma se dura vn pezzo, è solito a soffocarlo, ò almeno causarli qualche grand'infirmità, & è cosa certa, che tutto questo male non viene dal ceruello, ma dallo stomaco, onde viene anco il rimedio, che dà la sanità, come si può prouar dalla molta ventosità che esce dallo stomaco, per la qual l'huomo si sente più leggiero, & può più facilmente rispirare, & poi dallo sputo copioso, & lento il quale uscito, che è, leua del tutto il male. Inanti adunche che questa soffocatione accada, fa di bisogno nettare lo stomaco, ò con qualche leggier pilola, presa d'vn'hora inanti al cibo, ò vero con questa, ò simil beuanda, cioè con' vn'oncia, e mezza di mele rosato solutiuo, & mez'oncia di ossimele simplice, & pigliarlo di tre, ò quattro hore inanti pranso, per cinque, ò sette, ò noue giorni, sin tanto che la grauezza dello stomaco se ne parta, lo sputo si sminuissa, & che l'appetito torni: in tanto bisogna mangiar poco, & beuer brodo assai, potrà beuer acqua, ma se vorrà vino, bisogna che sia bene adacquato, gli conuien poi far poco essercitio.

In qual modo l'huomo [illegible] muorir per [illegible] male.

Che questo male non viene dal ceruello come molti pensano, ma dallo stomaco.

Ciò che s'ha da far per fugire que gli mali.

Se poi alcuno farà molti rotti, con strepito, & che durino vn pezzo, & che in questo persceuri due, ò tre, ò quattro volte, & che ò inanti, ò dopò il cibo, faccia sputi lenti, & flegmatici, si deue pronosticar il medesimo male, al quale anco si può proueder con li medesimi rimedij.

Nota il segno d'altra pienezza, con li mali, & con la cura.

Se alcuno di notte, poi c'haurà dormito vn pezzo, all'improuiso vomitarà, senz'alcuna difficultà qualche materia acquosa, s'ha da giudicar, c'ha lo stomaco molto pieno, & che è pericoloso, che la notte sequente, ò l'altra non li sopragiunga quella medesima soffocatione, se non sarà più che parco nel mangiar, & nel beuere.

Nota il segno d'altra pienezza, & cio che puo accader, & quello che si deue fare.

Nè bisogna lassar di dire, che quelli, che sono nella prima, & nella seconda

seconda età della vecchiezza, & alli fanciulli di duoi anni, ò poco più, li quali mangiano bene, & fanno poco essercitio, patiscono spesso ostruttione di fegato, ò qualche tumore, causato dal troppo nutrimento, che passa per il fegato, & la causa, è perche nelli fanciulli le vene, & li meati sono ancor stretti, nelli vecchi poi li membri interiori, & massime il fegato, se gli fa rugoso, & crespo, come tutt'il resto del corpo, tal che la maggior parte delli meati di quelli membri stanno per chiudersi, & per questo tutti gli humori, che ui vanno, iui ancora si fermano, onde poi nè nasce il tumore. A' questi giona molto l'essercitio, se lo possono fare, & tener il ventre lubrico, pigliar spesso cose amare per bocca, le quali fermano l'abbondantia grande del nutrimento, che non corra tutto nel fegato, & che troppo lo empia, & se questo non si può così compitamente fare, almeno non la lassano fermare troppo in quello membro, perche con la sua amarezza stimulano la natura all'espulsione, & da questo si può conoscere, che le cose amare sono molto conuenienti alli fanciulli, non solamente per causa delli vermi, ma anco per quest'altra causa, li quali spesso hanno il suo male nel fegato, se bene è stimato, che il dolor sia nello stomaco, & massime quando molesta il fianco dritto.

Come li putti, & li vecchi patiscono ostruttione nel fegato, & la causa perche questo accade.

Come le vene nelli fanciulli, & nelli vecchi sono strette, ma per diuerse cause, & quali sono queste.

Quello che giouà a questo.

Nota che le cose amare sono molto bone in questo caso, & per qual causa.

Come, & perche le cose amare sono vtili alli fanciulli.

Come li fanciulli hanno così spesso il suo male nello fegato come nello stomaco.

Bisogna anco saper, che se alcuno hauerà la salina molto salata, & che in bocca vi siano vlcere picciole, ò vero che li occhi siano molto humidi, che il corpo è molto pieno d'humori.

Nota vn'altra sorte di pienezza.

Quelli poi che sputano spesso gran copia di salina acquosa, sogliono essercitarsi, ò poco, ò niente, ò c'hanno lassato il suo solito essercitio, ò che beuono troppo, ò c'hanno il ventre stittico: a quelli giona il vitto ordinario, che dia poco nutrimento, questi poi gli connien mutar il cibo incontrario. Se alcuno dopò pranso, ò dopò cena contra il suo solito, sbadaglia, ò fa rotti, ò ha gran sonno, è segno, che ha mangiato, ò beuuto troppo, ò che ha posto nello stomaco humori crudi, sopra crudi, ò almeno, che li verrà qualche mala dispositione nella testa: costui ha da guardarsi dal vino, ha da mangiar poco, ha da lubricarsi il ventre leggiermente, & poco, ma spesso, poi che quando è vacuo, tira gli humori, & dallo stomaco, & dalla testa.

Nota vn'altra sorte di pienezza.

Ciò c'hanno da far questi tali.

Nota li sogni d'una altra pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

Quando alcuno ha perso il gusto, che soleua hauere non solo del vino, ma anco dell'vua, ò della carne, ò del aceto, bisogna creder, che nello stomaco, sia qualche humor superfluo, che impedisse questo appetito: a questo si prouede, con il temperar quell'humore con molti brodi, ò vero (come poco fa s'è detto) cauarlo dal corpo con molte purgationi,

Nota vn' altra sorte di pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

ma leggieri, ò vero con la molta parsimonia del viuere.

Nota vn' altra sorte di pienezza, & come si conosce.

Poco differente da costui è quell'altro, il quale si trista, ò che si coroccia, senza causa manifesta, ò che non gusta li suoi soliti cibi, & beuande, ò che giudica senza ragione, c' habbiano mutato il sapore.

Ciò c' ha da far costui.

Il che procede, ò che non ha fatto la sua concottione, ò c'ha troppo pienezza nello stomaco: se costui sarà stato troppo vigilante, giouarà il dormire, se si sarà faticato troppo, il riposare, se non hauerà bisogno nè dell' vno, nè dell' altro, gli giouara star tardi a mangiar, & anco star sobrio, beuer acqua, ò vino bonissimo adacquato, nutrirsi di cibi liquidi, & hauer il ventre lubrico.

Nota vn' altra sorte di pienezza.

Se alcuno inanti cena farà contra il suo solito molti sputi, lenti, & flegmatici, darà inditio, che ha nello stomaco gran crudità, & che prima ha mangiato troppo, però bisogna che a cena mangi di quelle cose, che danno poco, & leggiero nutrimento, tal che ha da lassar le carni, & l'ouа, & simili cibi, & anco ha da mangiar poco pane, con molto brodo, & con herbe, che facilmente si cuociano: se hauerà sete, beuerà vino più adacquato del solito.

Ciò c'ha da far costui.

Quando si deuono mangiar herbe, & di qual sorte.

Come quelli che mangiano poco sono di curta vita.

In questo luogo bisogna saper, che quelli, che mangiano meno di quanto la natura comporta, non possono esser di molto longa vita, & benche alle volte accada che per lo star sobrio l'huomo si sente riscaldare, nondimeno è necessario, che in tanto il corpo si sminuisca, & si essicchi, per il contrario se l'huomo moderatamente si empie di cibo, & non viene mai a termine, che il corpo habbia bisogno di nutrimento giouа infinitamente a viuer longo tempo.

Come il mangiar bene giouа a viuer longo tempo.

Nota vn' altra sorte di pienezza.

Se alcuno caccia fuori molte ventosità, & di sopra, & di sotto, puzolenti, & d'odor di solfo, mostra, che quelle materie, che si douriano cacciar fuori, restano nello stomaco, & nelli intestini, & che iui putrefatte, rendono cosi mal odore: a costui è necessario, che vi sopragiunga, ò flusso di ventre, ò vomito, ò finalmente febbre, perche si come quelli flati puzzolenti escono per il ventre, & per la bocca, cosi ancora passando a tutt'il corpo (come può accader) accendono la febbre.

Ciò che può accader a costui, & come.

Ciò c'ha da far costui.

Prima adunque che questo accada, sarà bene lubricar il ventre, pian piano leggiermente, & spesso guardarsi dal vino, se è possibile, & nutrirsi di cose liquide.

Nota vn' altra sorte di pienezza.

Colui, il quale contra il suo solito fa gli escrementi del ventre bianchi, si può giudicar che ha gran pienezza d'humori lenti, & grossi, che sono attaccati alle toniche dell'intestini sottili, & che ciò sia vero, abborisce ogni sorte di cibo, & di più ha sete, ma non gli diletta il beuer,

uēr, si sente nàusea, con tensione di tutti duoi li fianchi, sente il corpo tutto graue, & stanco senza alcuna causa: costui è pericoloso, che quelli serosi humori, che passano per le vene, non si corrompino, & che di poi non se gli sparga il fiele per tutt'il corpo. Però inanti che questo accada, è bene pian piano purgarlo con medicamenti amari, & compositi con qualche liquore, com'è l'aloe lauato, ò preparato con l'infusione di reubarbaro, alla quantità d'vn scropulo, con beuergli appresso il decotto di cicorea, ò di acetosa, ò del trifoglio acetoso, chiamato volgarmente Alleluia, alla quantità di tre oncie, pigliando il tutto di tre, ò quattro hore inanti il cibo mattina, & sera.

Ciò che può accader a costui.

Ciò c'ha da far costui.

Se fuori per il giorno alcuno si sente quasi prouocato dalla tosse, con non sò che nelle fauci, che gli da molestia, & la notte subito, che s'è colcato, & dopò per vn pezzo, è sforzato a sputare, & dopò c'ha dormito sente certa grauezza nello stomaco, si può giudicare, che questi sputi vengono dallo stomaco, & non dalla testa, poi che nel giorno, per esser la testa alta, gli humori calano più facilmente al basso, cosa, che non si può far di notte, per esser bassa, doue che in questo caso intrauiene il contrario, perche quando l'huomo sta colcato, gli humori sagliono più facilmente dallo stomaco alle fauci, che quando sta in piedi, poi che caminano più facilmente per il piano, che all'alto: costui si ridurà in sanità con li medesmi rimedij, c'hauemo detto di sopra, leuate però quelle beuande.

Nota vn'altra sorte di pienezza.

Quando li sputi vēgono dallo stomaco, & non dalla testa.

Quando li humori sagliono dallo stomaco alle fauci.

Ciò che s'ha da far in questo caso.

Se alcuno poco dopò pranso, senza causa manifesta, si sentirà contra il suo solito vna leggier grauezza, ò dolore nello stomaco, & haurà fuori del tempo suo solito, hauuto benefitio del corpo di escrementi, ò sodi, ò liquidi, bisogna che costui habbia troppo empito lo stomaco, & che in esso sia notabil indigestione: a costui sarà di molto vtile, non mangiar a cena nè carne, nè oua, nè pesci, nè cascio, nè cibi di farina non fermentata: ma solamente vna minestra d'herbe facili da cuocer, ò vero pane con brodo, beuerà ò poco, ò niente di vino, & se sarà possibile, beuerà solamente acqua.

Nota vn'altra sorte di pienezza, & li segni suoi.

Ciò c'ha da far costui.

Quando s'hanno da mangiar herbe & di qual sorte.

Se per sorte la stagione del tempo sarà Australe, & humida, & che vno dopò hauer mangiato secondo il solito suo, hauerà però il ventre stittico, contra il suo solito: si può dubitar, che costui dopò pranso, & auanti cena, sarà assalito da sonno parimente insolito, & poi gli sopragionzerà vna stranagante satietà, & poi vomito: la cura di questa indispositione sarà, quando incomincia questo sonno, di mangiar poco, & lubricar spesso, & leggiermente il ventre.

Nota vn'altro caso.

Quello che può accader in tal caso.

Ciò c'ha da far costui.

Colui

Nota vn'altra sorte di pienezza.

Colui il qual mentre che mangia non può pigliar la sua beuanda solita in vn' tratto continuo, bisogna c' habbia lo stomaco molto pieno d'humori grossi, & però ha di bisogno, che si euacuino, poi che mentre, che stanno iui dentro, impediscono, che la beuanda non può passare.

Vn'altro caso.

Se alcuno sente punture per lo stomaco, quando è pieno, non deue mangiar carne, nè cibi solidi: ma liquidi, & acquosi.

Va'altro caso.

Se alcuno, ò maschio, ò femina, che sia si sentirà contra il solito le mamelle piene, & quasi con dolore, si può giudicar, che costui è pieno di troppo nutrimento, & però bisogna leuarcelo.

Vn'altra pienezza.

Se ad alcuno gonfiarà il ventre dopò hauer beuuto, ò mangiato, ò si pẽsarà che se gli gonfi, si può giudicare c'habbia mangiato più del douere, & che per questo sia nata qualche ostruttione nelle vene dello stomaco, che non lassa poi passar il nouo cibo; costui ha da vsar cose amare,

Ciò c'ha da far costui.

& lubricarsi il corpo leggiermente, & spesso, se sarà stittico.

Vn'altra pienezza.

Il medesmo sarà, se dopò c'hauerà mangiato assai, si sentirà gonfiare senza causa manifesta, circa alla ponta del petto a basso, poi che questo gli auuiene dal troppo cibo, che si tratiene nello stomaco; però bisogna leuargli parte del cibo, & scaricar pian piano lo stomaco.

Ciò c'ha da far costui.

Vn'altra pienezza.

E' anco vtil cosa ricordarsi, che quando vno ha poca nausea, & che l'euacuatione del ventre è manco del solito, ancor che sia rauco, & sputi flegma assai, che nondimeno queste cose non vengono dalla testa, ma dallo stomaco, troppo pieno, & che bisogna prouedergli con li medesmi rimedij, c'hauemo detto poco di sopra.

Ciò c'ha da far costui.

Vn'altra pienezza.

Colui che dopò pranso, ò dopò cena ha gran sete, & la bocca amara, bisogna concluder c'ha mangiato troppo, & c'ha bisogno di cose liquide, sin' che è cessata la sete.

Ciò c'ha da far costui.

Vn'altra pienezza.

Quando alcuno per molti giorni ha mangiato, & beuuto bene, & poi sente vna poca acqua intorno alli occhi, che quasi gli offusca la vista, s'ha da creder, che il ventre, & le vene iui intorno sono troppo piene di nutrimento, costui deue spesso, & leggiermente lubricar il corpo, beuer poco, & più presto acqua, che vino, pur che possa.

Ciò c'ha da far costui.

Vn'altro caso.

Per il contrario, se vno, il giorno inanti hauerà mangiato, & beuuto poco, il giorno seguente poi senza causa manifesta hauerà la voce bassa, & sarà trisso, ha bisogno di nutrimento.

Vn'altra pienezza.

Quando alcuno dopò c'ha mangiato, ò anco vn' pezzo di poi, farà due tre, & più volte rotti simili al cibo, c'ha presò, sarà segno, che quel cibo, ò è troppo, ò è contrario a quello stomaco, però bisogna per all'hora, ò leuarlo del tutto, ò almeno leuarglielo pian piano.

Ciò c'ha da far costui.

Quando

Quando alcuno per molti giorni ha mangiato bene, & che dopò pranso, più presto, & più spesso del solito, fa l'orina bianca, ò scolorita, bisogna c'habbia il ventriculo troppo pieno, & per questo può dubitar, che non gli venga dolor, ò di capo, ò di stomaco, ò che gli sopragiunga il vomito, ò il flusso di ventre, però inanti che questo accada, bisogna leuargli parte del cibo, & beuer acqua, ò vino ben' adacquato, & sopra il tutto tener il ventre lubrico.

Vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

Quando vno nell'entrar nel letto, doue non sia fatta mutatione alcuna, gli pare di ritrouare il letto in altra maniera, di quello che sia il suo solito, nè può riposar se non con difficultà, & sente tutti li suoi membri graui, talmente che, se mette l'vn piede sopra l'altro, vna mano sopra il petto, & il capo sopra il guanciale, sente che tutti questi membri gli pesano fuori del suo solito: bisogna pensar che questa grauezza, ancor che possa proceder da altre cause, nondimeno vien quasi sempre dal troppo mangiar, però bisogna prouedergli con li medesmi rimedij c'hauemo detto di sopra.

vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

Se ad alcuno verranno fuor del solito, per il volto certe piccole gonfiationi, ò cicolini, è necessario che vengano per il troppo mangiar, però gli giouerà, mangiar poco, & beuer acqua, s'è possibile.

vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

Colui alqual spesso duole il capo, ò che se lo sente caldo fuor dell'ordine naturale, se altro non si vede incontrario, s'ha da concluder, che procede dal troppo mangiar, & che bisogna prouedergli con li sudetti rimedij. Quando vno, mentre che è a tauola per mãgiar, non può beuere la sua solita beuanda, quasi che la natura la rifiuti, & se pur la beue, subito pare che gli occhi se gli gonfino, & che quasi vi corrino delle lacrime, si può creder che costui ha troppo cibo nello stomaco, & però bisogna leuarglielo.

vn'altra pienezza.

vn'altra pienezza, & cio che in essa accade.

Ciò c'ha da far costui.

Il simile è di quell'altro, il quale beue tutto quello che è solito a beuer, dopò c'ha mangiato, ma però con qualche fatica della respiratione, & contra il suo solito: è necessario c'habbia qualche ostruttione nello stomaco, & nelle vene vicine, & gli conuiene lassar la carne, & il vino, & mangiar poco pane, con herbe, & cose che diano poco nutrimento.

vn'altra pienezza.

Ciò c'ha da far costui.

Se vno, mentre che è sano, si sente spesso la bocca amara, bisogna che habbia lo stomaco alterato da qualche cibo corrotto, ò che faccia poco essercitio, la prima causa si conoscerà, se inanti hauerà mangiato assai, la seconda, se prima sarà stato troppo a riposo: nel primo bisogna sminuir il cibo, & nutrirsi di cose humide, & di poca sostantia, nell'altro far maggior essercitio.

Vn'altro caso.

Da qual causa procede questo caso, & come si conosce.

Ciò c'ha da far costui.

vn'altra pienezza. *Se alcuno dopò hauer per molti giorni mangiato bene, & beuuto meglio, si sentirà alcuno dolore circa alle coste inferiori, dalla banda sinistra, & poi in quel medesmo luogo, si sentirà morsicare, bisogna c'habbia lo stomaco pieno d'humori corrotti, & che presto gli sopragiunga dolor di testa: costui si ridurrà in sanità con li cibi liquidi, & leggieri, li quali contemperino quelli humori vitiosi, che sono nello stomaco, & di più conuerrà pian piano nettarli il ventre.*

Ciò c'ha da far costui.

vn'altra pienezza. *Se ad alcuno, mentre che passeggia, ò monta in qualche luogo alto, gli esce del corpo fuori del suo solito vn' leggier sudore, ò humore in forma di rugiada, s'ha da pensare che quello corpo, & massime il ventriculo, & gl'intestini siano molto pieni, però bisogna leuargli vn' poco del cibo, & purgarlo pian piano, con ptiole leggieri, ò simile altro medicamento.*

Ciò c'ha da far costui.

vn'altra pienezza. *Se ad alcuno si scopriranno vlcere bianche, con sapor salso in bocca, s'ha da pensar, c'habbia posto insieme gran copia di nutrimento, & c'habbia il capo troppo pieno: se adunque haurà molta saliua in bocca, si potrà sicuramente purgare per dabasso, con medicamento conueniente, ma se non l'haurà, gli conuerrà beuer dell'acqua, mangiar cibi bolliti, & in poca quantità, & tener spesso in bocca foglie di oliua, & acqua salsa, & proueder che il corpo sia lubrico.*

Ciò c'ha da far costui.

Rimedio nelle vlcere della bocca.

Vn'altra pienezza & ciò che in ella suole accader. *Quando alcuno dopò c'ha pransato, secondo il solito suo, non si può guardar dal dormire, & poi, inanti che ceni, senza causa si fa quasi rauco, & sputa humori crudi, & poi nel cenar, prima ch'arriui a mezzo il pasto, in vn subito perde l'appetito: costui non è manco pieno de gli altri, la notte sequente dormirà poco, sputarà assai, & spesso, & haurà gli occhi graui, & humidi: costui non può far cosa meglior, che subito, che gli cessa l'appetito, ò mangiar pochissimo, ò restar del tutto di mangiare.*

Ciò c'ha da far costui.

vn'altra pienezza. *Se ad vn sano, verrà sonno innanti cena, fuori del solito suo, (saluo se forse sarà stracco, per hauer durato fatica) bisogna, che prima habbia mangiato assai: costui adunque deue cenar sobriamente, & pigliar cibi facili a liquefarsi, se già non li piglia realmente liquidi, & che diano nutrimento leggiero, & sopra il tutto si guarderà dal vino.*

Ciò c'ha da far costui.

Nota quelli che mangiano solamente vna volta al giorno. *Quelli che mangiano solamente vna volta al giorno, & che all'hora s'empiono di cibi fuori di misura: sarà meglio, che beuano, ò acqua, ò vino piccolo, & poi anco con molta acqua, che beuer vino, ò puro, ò con poca acqua, perciòche il vino (come di sopra hauemo detto) fa che il cibo si cuoce più tardi, & quando l'huomo ha tanta copia di cibi nello stomaco, ò*

Ciò c'hanno da far costoro.

L'effetto cattiuo del vino puro.

co,ò che impedisse,che non può dormir,ò che fa li sonni turbati.

Bisogna anco saper che quelli, che non fanno essercitio, paragonati a quelli, che ne fanno, & si nutriscono d'vguale quantità di cibo, cacciano fuori del corpo maggior copia d'escrementi, & gli altri poca,purche però siano sani, & che nel resto viuano,come si deue. Nota che quelli, che non fanno essercitio, fanno più escrementi, che quelli che lo fanno.

Quelli poi che mangiano, & beuono alquanto manco di quanto comporta la natura sua, viuono bene in sanità, ma quasi sempre sono debili, spesso tristi, & qualche volta ancora melancolici, & forse anco viuono manco,come di sopra haucmo detto. Come quelli che mangiano,& beuono poco,sono sani ma debili,& viuono manco, & come.

Quelli poi che mangiano,& beuono molto manco di quello che richiede la loro natura, non solamente sono tristi, & timidi, ma anco pigri in ogni sua operatione, dormono pochissimo,& fanno li sonni turbati, & spauentosi, & perche il corpo loro s'assuefa a non nutrirsi, orinano spesso, & sono trauagliati da molte, & insolite ventosità,&,che più importa moiono inanti al tempo. Come quelli che mangiano molto manco, patiscono varij mali,& quali. Come quelli che mangiano molto poco,orinano sempre spesso, & moiono presto.

Quelli, che in pueritia stanno in otio, & mangiano,& beuono assai, son molto atti a diuerse infirmità,sin' tanto,che non entrano nella giouentù, ma se haueranno il beneficio del corpo, due,ò tre volte, tra il giorno, & la notte, & che ne escano tanti escrementi, che siano proportionati alla quantità del cibo preso, saranno più sani, & più forti, che se mangiassero, & beuessero manco, come sono le ocche, & li pesci,li quali pigliando il loro cibo con l'acqua, se bene spesso smaltiscono, sono però sani. Quali sono li putti infermi. Quali sono li putti sani.

Quelli, che si sentono in vn tratto gonfiar il ventre subito c'hanno mangiato li frutti, ò altre cose, che si mangiano dopò cena, bisogna che habbiano mangiato troppo,alche si prouede con mangiar molto manco, nel passo che seguita. A quali gonfia il vētre dopò passo

Quelli, che di natura hanno il ventre lubrico, possono sicuramente mangiar assai bene, & in quantità, che quasi sono sicuri di non amalarsi. Quali sono sicuri di non amalarsi.

Oltre di questo può ogni vn' mangiar maggior quantità di cibi più humidi,che secchi, come fanno li caualli,li quali mangiano, & digeriscono più herba verde,che fieno. Quali cibi si possono mangiar più sicuramente. Nota l'essempio delli caualli.

Bisogna anco saper, che li membri interiori nei corpi sani possono empirsi più sicuramente di cibo, & in maggior quantità nella primauera,che d'altri tempi, perche all'hora il corso del sole, che è nel mezzo del suo augumento,inquanto a noi, fa che li corpi hanno maggior appetito, & più presto cuoceno li cibi, in segno di ciò si vede, che le piante in In quel tempo si può mangiar maggior quantità di cibo. Vedi l'essempio delle piante.

quel tempo cacciano fuori, & le foglie, & li fiori, & che tirano gran copia di ſucco dalla terra, come dimoſtra la vite ſe è tagliata.

Ciò c'hanno da far quelli che non poſſono pranſar ſecondo il ſolito.

Mà quelli, che hanno da caualcar tutt'il giorno, dalla mattina alla ſera, ò c'hanno d'andar a caccia, ò che in ſomma per qualche negotio non poſſono pranſare, ſecondo il ſolito ſuo, ſi preſeruaranno dal danno che può naſcer, per lo ſtar tanto ſenza mangiar, ſe in luogo di pranſo pigliaranno vn poco di pane poſto nel vino, ouero vn pezzo di paſticcio, con pane, & poi beueranno vn poco di vino, ò vn' ouo, ò dui duri, ouero vn' pezzo di polpa di cedro, condito, ò vna ſcorza di mel rancio parimente condita, ouero due, ò tre noci pur' condite, con il mele, & ſimili altre coſe. Poi che queſte confettioni, ſi come ſono dure da digerir, coſi mãtẽgono lo ſtomaco tutt'il giorno, accioche poſſa ſopportare quell'aſtinentia ſenza moleſtia, & poi poſſano cenar con maggior appetito, che non haurebbero fatto, s'haueſſero pranſato bene: finalmente biſogna concluder, che la fame venga per due cauſe, ò perche la cauità del ventre non ha in ſe coſa alcuna, ò perche ha in ſe qualche humore, che non ſi può conuertir in nutrimento: la ſete poi viene, quando manca il nutrimento nelli membri ſolidi.

Nota quãdo ſi deuono pigliar gli oui duri.

Due ſono le cauſe della fame, & quali ſono.

Qual è la cauſa della ſete.

Et perche li corpi in queſta Città (come già hauemo detto) preſto s'infiachiſcono, & facilmente ſmagriſcono per li nutrimenti, & cibi fluſsibili, biſogna anco concluder, che a volergli purgar ſpeſſo, & molto con medicamenti, non ſolo è di pericolo, mà anco fa preſto inuecchiar l'huomo.

Per qual cauſa li corpi in Roma preſto ſi ſmagriſcono.

Nota che li medicamenti in Roma ſono pericoloſi.

Del coito. Cap. XVI.

SIN'HORA hauemo parlato dell'euacuatione, & ripletione, hora parlaremo del coito, in quanto che ſi riduce ſotto l'euacuatione, & perche ha origine dall'abondantia del nutrimento, ne ſeguita, che quei nei quali il nutrimento non è copioſo, come ſono li fanciulli, & li vecchi, non ſono naturalmente inchinati al coito, nel quale, perche ſpeſſo accade, che l'huomo incorre gli ne ſeguita gran leſione, & perciò colui che vorrà fuggir queſti pericoli, & viuer ſenza moglie, ſarà biſogno che mangi poco, & attenda all'eſtenuar il corpo, ſi guardi dal vino, non ſtia mai in otio, & attenda a macerar ſe ſteſſo con digiuni, & per ciò con vigilie, & con trauagli.

Ciò c'ha da far quello che vol fugir il coito.

Quello

Quello poi c'ha moglie, & che voglia far il debito suo con lei, potrà vsar il coito assai liberamente dall'anno 21. sin' al 35. da quel tempo sin' al 49. procederà più parcamente in questo: dal 49. sin' all'anno 63. molto più parcamente: dalli inanti, faccia conto di non vsar più il coito, eccetto se non vi sarà spinto più che forte dalla natura, ma non già da incitamenti esterni, per hauer visto cosa che gli piaccia, perche essendo il seme ottimo nutrimento, se fuori di tempo sarà cacciato fuori, ilche accade passati li anni 63. è quasi necessario che l'huomo non solo smagrisca presto, ma anco s'affretti il fine della vita molto più presto.

In qual tempo si può vsar il coito, & in qual si deue andar lentamente.

Quando li vecchi possono vsar il coito.

Il danno che porta il coito nei vecchi.

Et in questo luogo bisogna saper, che quelli, che nel vsar il coito mandano presto fuori il seme, se, per qualche poco di tempo, si nutriranno di pochi cibi, s'interteranno alquanto più di mandarlo fuori cosi presto, & quelli, che tardi lo mandano, lo faranno più presto, se a digiuno vsaranno il coito.

Ciò c'hanno da far quelli che nel coito mandano presto fuori il seme.

Ciò c'hanno da far quello che tardano a mandar fuori il seme.

Quelli poi, che con maggior piacer, & diletto voranno attender a generar figliuoli, & che per questo hanno bisogno di maggior quantità di seme, vsaranno il coito con maggior efficacia, & con maggior diletto, se prima, che si mettano a questa impresa, alla quale per ordinario l'huomo si mette con il pigliar moglie, si farà far vna minestra di pan fresco, & di chiari d'oui mal cotti, la qual sia ridotta a forma di latte, & la pigliarà per tre, ò quattro giorni mattina, & sera inanzi pasto, nè credo, che si possa trouar cosa più al proposito in questo caso, se bene alcuni lodano li piccioni co'l vino rosso, & con specie, alcuni il latte di pignoli, alcuni li stinchi, altri le passere, altri quella specie di fonghi, che si chiama Buloo, & altri il confetto chiamato diasatirion.

Nota vn' rimedio efficace p aiutar l'huomo ad vsar il coito.

Quali sono le cose vtili al coito lodate da alcu.

Quando il coito si vsa troppo, fa il ventre stittico, noce infinitamente a gli occhi, ai nerui, & allo stomaco: nel respirar troppo spesso, come si fa in quell'atto, s'empiono li polmoni di troppo sangue; onde ne seguita poi difficultà di respirar, & alle volte ancora il sputo di sangue.

Nota il danno che nasce dal troppo coito.

Bisogna anco saper, che il coito è sempre di grandissimo danno quãdo l'huomo l'vsa dopò c'ha durato gran fattica, dopò gran fame, dopò gran sete, dopò gran sudore, & poi che si sarà empito assai.

In qual tempo il coito è di danno.

Noce ancora infinitamente a quelli che mangiano manco del solito, perche quanto manco nutrimento pigliano, tanto manco ne possono hauer, & per questo nuoce fuori di modo a i vecchi, perche non possono mãgiar tanto, quanto faceuano in giouentù, & a loro accade, come accade al cinamomo, & alli garofoli, poi che gli è stato cauato tutto l'oglio, li quali restano affatto senza gusto, & senza sapore, cosi accade alli vec-

Come il coito noce a quelli chemãgiano poco, & a i vecchi.

Nota l'essempio del cinamomo, & dei garofoli.

chi

Come il coito nocе alli vecchi.

chi, dopò c'hanno vsato il coito, come priui, & suaniti d'ogni suo olio, & sostanza, restano attoniti, insensati, & alle volte ancor paralitici.

In qual hora si può vsar il coito.

A vsar poi il coito dopò il cibo, pur che sia moderato, ò dopò il sonno, quando il corpo s'è ristorato, non se gli fa molta differentia, purche non ne seguiti, nè fatica, nè stracchezza.

In qual tempo dell'anno è di vtil, & di danno vsar il coito.

Nei tempi dell'anno la primauera, è più al proposto, dopò l'inuernata, il terzo luogo è del principio dell'estate, nello autonno è cosa dubiosa, & poco sicura vsarlo.

Per qual causa la notte è la più commoda per vsar il coito.

L'hora poi del coito, trouo che la notte è la più commoda, perche in quel tempo la virtù non si può risoluer, oltre, che si ristora meglio con il sonno, il qual vi è sempre congionto.

Come si conosce l'hora più commoda per il coito.

In somma quell'hora sarà sempre più commoda, & più vtile, nella quale l'huomo dopò il coito si sente più leggiero, & più lieto, & ha la respiratione più facile.

Delle passioni dell'animo. Cap. XVII.

SIN'HORA hauemo parlato dell'euacuatione, & della ripletione, hora resta, che parliamo de gli accidenti dell'animo.

Come gli accidenti dell'animo fanno gră effetto nel corpo nostro.

che questi accidenti habbiano gran forza, & che possano far' grandi effetti nel corpo nostro, si conosce chiaramente dalla paura, dalla tristezza, dal dolor dell'animo, (secondo alcuni) da gli affanni, dall'allegrezza grande, (come alcuni hanno scritto) dall'ira, & dall'odio, poi

Quali effetti facciano.

che tutti (leuata però l'allegrezza) essiccano il corpo, lo smagriscono, affrettano la vecchiezza, & alle volte anco sono causa d'vna morte subitanea, come sarà vna gran paura, alcune altre poi possono esser causa di morte, ma con longhezza di tempo, com'è l'affanno, & la tristezza.

Ciascuno di questi accidenti impediscono la concottione, debilitano le forze, & se nelle donne grauide si scontrano con qualche altri mali, sono causa di farle parturir inanti al tempo, poi che per essi il male alcuna volta s'accresce: se nascono da qualche dispositione di corpo, sono

Quali sono quelli che sono facili, & difficili da curare.

facili da curar, ma se nascono dall'animo, sono difficili da leuare, & che è più, vanno ogni hora di mal in peggio, perche in quelle spesso si può leuar' la causa, cioè la infirmità del corpo, dalla quale dipẽdono, ma nell'altro caso bisogna risguardar molte, & varie cose, essendo difficilissimo

ſimo da conoſcer la cauſa dell'infirmità, dell'animo, et poiche è conoſciuta, è molto più difficile a leuarla, quãdo viene dall'iſteſſo animo, è però nelle infirmita del corpo gioua ſpeſſo purgare l'infermo, mà in quelle de l'animo rare volte gioua, & ſe pur gioua, il giouamento vien per accidente.

Per qual cauſa le paſſioni dell'animo che dipẽdono dall'animo ſono difficili da curar.

In ſomma ſe queſti trauagli naſcono principalmente dall'animo, & hanno fiſſa alta la radice, non ci è veneno peggior all'huomo, ne più pernicioſo di queſto.

Quando le purgationi giouano, & non giouano nelle paſſioni dell'animo.

Quando queſti accidenti ſono pernicioſi.

Per dir qualche coſa della paura, ſe può amazzar ſubito l'huomo, è manifeſto a tutti, che anticamente, & all'età noſtra ſono intrauenuti ſimili caſi, & in particolare, poco tempo fa, occorſe che vna donna aſſai robuſta, morì ſubito per intender che vn' figliuolo, c'haueua, foruſcito, & già vn pezzo fa condennato a morte, eſſer ſtato preſo, & poſto prigione.

Come la paura può ſubito amazzar l'huomo.

Nota vna donna, che ſubito morì per paura.

Vn'altro correndo per la poſta, paſſo, (non ſapendo) il fiume del Pò, tutto gelato, & richieſto dal padrone, mentre, che preſentaua le lettere, a qual hora haueſſe paſſato il fiume, penſando al pericolo di tanta importanza, ſe ben già n'era del tutto vſcito, nondimeno morì ſubito.

Nota vn'altro che morì per paura d'vno pericolo paſſato.

Doi frati Zoccolanti, caminando di mezza innernata mentre che la terra era tutta coperta di neue, paſſorno per il lago di Tagliacozzo, che all'hora era tutto gelato, & credendo, che foſſe vna campagna, andorno dall'vna ripa all'altra, talche marauigliandoſi li frati in qual modo fuſſero gionti coſi preſto, poi c'hebbero inteſo ch'erano paſſati ſopra il lago, ambiduoi ſubito morirono, talche ſi può conoſcer, che l'huomo può ſubito morir, non ſolo per il pericolo preſente, mà ancora per ricordarſi del paſſato.

Nota vn'altro ſimil caſo de doi frati.

Come l'huomo può ſubito morir per il pericolo preſente, & paſſato.

Non mancano molti altri eſſempij, che fanno fede di queſto medeſimo, ma mi pare, che queſti ſiano a baſtanza, per prouar che la gran paura può cauſar ſubito la morte.

Che l'allegrezza poſſa far il medeſimo effetto, & maſſime in vn' di poco animo, ſi può dir che in parte è vero, & in parte non è vero. Ma chiara coſa è, che ſe la paura può eſtinguer il vigor del ſangue, ouero mentre, che ſi ritira alli ventriculi del cuore, onde poi ne ſeguita la ſoffogatione del calore naturale, (come alcuni dicono) ouero nel congelarlo in vn' tratto, come fa di fuori il freddo, & che facendolo immobile, produca a queſto modo vna morte ſubitanea, non è da marauigliarſi.

Come l'allegrezza poſſa far morir l'huomo.

Doi modi con li quali la paura può cauſar la morte, & quali ſono.

Perche ſe bene queſti tali ſono paſſati il pericolo della morte certiſ-

ſima,

In qual modo la paura del pericolo passato può causar la morte.

sima, & già sono in sicuro, nondimeno, hauendo in animo quello periculo passato, il qual all'hora era totalmente senza speranza di salute, poi che se vi fosse stata qualche fiducia di saluarsi, non potria accader questo, (può esser che lassando da canto affatto la sicurezza della vita) nella qual dopò si truoua, tanto si alteri, che se ne moia.

Perche l'huomo voltatosi subito a pensar a quella morte, della qual è stato a cosi certo pericolo, & fissandosi tanto nella mente quella imaginatione, come se fosse per affogarsi all'hora in vn'lago, ò in qualche grã fiume, può subito morire, come intrauenne a quelli c'hauemo detto di sopra, & questo nasce dall'auttorità c'hà l'animo sopra il corpo, il quale gli comanda, come vno Rè al suo vassallo, il che si vede chiaramente nelli melancolici, li quali con l'imaginatione falsa di morire, s'appiccano da se stessi, ò che precipitosamente si gettano da alto a basso, doue realmente moiono, & simili altri casi.

Nota vna causa piu profonda di questo effetto.

Ciò ch'accade alli melancolici.

Come l'allegrezza causi la morte. Come li spiriti si conseruano nelle arterie dalle quali non possono vscir cosi facilmente, & causar la morte.

Ma che l'allegrezza, con dissipar li spiriti, & cacciarli fuori risolua la virtù subito, & causi la morte, è molto dubbioso, in quelli, li quali prima sono stati in grande affanno, perche in questi li spiriti si sono conseruati principalmente dentro delle arterie (come si conosce perche questi non piangono, ma trattengono in se il dolore, & da se stessi si cruciano) dalle quali non è verisimile, che cosi subito, & in tanta furia possano poi vscire, & causar la morte, & certo è da creder, che, essendo ritenuti dentro dalle arterie tanto angustе, che non debbano poter vscire, se non con grande difficultà, & quando bene vscissero fuori del corpo, saria necessario in questo caso, che salissero, & penetrassero nelle carni, prima che vscissero fuori del corpo, & che per conseguenza si vedessero gonfie, come accade in quelli, li quali si sforzano di portar qualche gran peso, ouero di portar in alto qualche cosa molto graue, li quali, tenendo in se il spirito, & il fiato, si vede che gonfiano nella faccia, & in tutto il corpo, cosa che non s'è mai vista, nè notata in quelli, che son morti di allegrezza, dopò vna gran tristezza.

Come si conosce che li spiriti escano dalle arterie.

Che l'allegrezza fa multiplicare li spiriti.

Vi s'aggiunge, che l'allegrezza fa multiplicar li spiriti, onde non è poi verisimile, che il sangue possa cosi subito mancar in quelli, che lo trattengono in se per la tristezza, in modo che non se nè possa più rigenerar alcuno spirito, poi che nell'allegrezza sempre è qualche calore. Però dirà alcuno, che nell'allegrezza l'homo ride, & può tanto rider, che prouocarà in vn subito lo sputo di sangue dal polmone, come anco l'orina dalla vesica, & si può da questo causar la morte, come occorse già in Padoa ad vn Francese, mentre che leggeua certe lettere. Non sarà

Nota vn'opinione in qual modo l'allegrezza puo causar la morte.

Nota vno caso occorso in Padoa sopra di ciò.

anco

anco fuor di proposito, che alcuno si marauigli, come possa accader, che essendo li spiriti nella grande tristezza, & paura tanto ritirati alle parti interiori, possano così subito vscir fuori, & risoluersi, come dicono alcuni, che così accade nell' allegrezza.

Nota vn dubbio sopra di cio.

Nè manco vale la ragione d' alcuni, che dicono, che si come la gran paura amazza in vn subito, così deue far ancor la grande allegrezza, per esser queste passioni contrarie l'vn' all' altra, perche non è vero, che la paura sia contraria all' allegrezza, ma più presto è contraria alla fortezza, poi che il forte, & il timido sono dirimpetto contrarij, & all' allegrezza è contraria la tristezza, come l'allegro si oppone al trisso, il qual si trauaglia non per paura, ma per tristezza.

Nota vn'altra ragione sopra di ci[illegible] paura nõ è contraria all'allegrezza, & a qual è contraria.

Può esser anco, che alcuni, senza patir prima nè tristezza nè paura, ma liberi da ogni passione d' animo, moiano però d' allegrezza, come si vede per essempio in quelli che sono teneri di cuore, li quali, in ogni minima occasione d' allegrezza, gettano lacrime in abondantia.

Come alcuni possono morir d'allegrezza senza altra passione di animo, & quali sono questi.

Et questo accade, perche li spiriti non si ritengono dentro nell' animo, ma si spandono in fuori, & escono da tutte le parti, come fanno le lacrime da gli occhi, & benche ve ne restino alcuni dentro, essendo però l' euacuatione così subita, & così copiosa, è necessario, che ve nè resti dentro manco di quello, che bastano per mantener la vita, sin tanto che se ne tornino a generar de gli altri, & per questo è verisimile, che Filippide Poeta se ne morisse, perche essendo già vecchio, venuto in contesa con certi Poeti, & hauendo hauuto la vittoria, tanto sen' allegrò, che morì subito in quell' allegrezza.

Come questo può accadere.

Come morì Filippide poeta.

Il simile interuenne a Diagora Rodioto, il quale hauendo tre figliuoli assai valorosi, li quali nel combatter in Teatro, haueuano superato tutti li suoi concorrenti, in presentia del populo, & in mano de' figliuoli morì subito d' allegrezza, mentre che essi con le corone in capo, delle quali erano stati honorati, abbracciauano, & basciauano il Padre, & il populo gli gettaua adosso fiori da ogni banda; costui non haueua hauuto tristezza alcuna, per la quale fossero li spiriti ritirati in dentro, & nondimeno per l' allegrezza, tanta risolutione si fecce, che subito morì.

Come morì Diagora Rodioto.

Vedi il mio libro de Risu al cap. 3.

Il contrario intrauenne a quelle due matrone Romane, le quali dicono, che quando gionse la noua a Roma della rotta riceuuta d' Annibale al lago di Perugia, vna di esse incontrandosi alla Porta della Città nel figliolo sano, & saluo, nell' abbracciarlo se ne morì, l' altra hauendo inteso che il figliolo era stato amazzato (ilche però non era vero) si stauatrista, sedendo in casa, essendo poi giunto il figliolo sano, subito che

Nota l'historia di due matrone Romane le quali subito morino, & in qual modo.

lo vide, se ne morì, tal che la gran tristezza presa di prima non solo fece che li spiriti vscissero fuori, ma fosse causa che, essendo ritirati al cuore, con maggior impeto tanto vi si fermorno, che non se ne poteron mai più partire, & a questo modo quelle donne quasi soffocate se ne morissero.

Come in quelle donne [illegible] gretza al[illegible].

Tal che si può dir che in questo caso vi fosse allegrezza, per conto de gli altri che le videro, ma in quanto ad esse, perche erano in estremo dolore, senza speranza alcuna della salute de' figlioli, non fu allegrezza, ma mouimento di tristezza fuor di tempo, che le conducea pian piano alla morte, alla quale già s'erano destinate (come si vide per effetto) tal che fatta questa tristezza più intensa, fu causa che la morte, che in ogni modo douena succeder, ma tardi, venisse cosi all'improuiso.

Come per la vana allegrezza quelle donne subito morirono.

Nè è da credere, che quella quasi vana allegrezza, potesse mouer li spiriti alle parti esteriori, li quali già erano per la gran tristezza entrati al cuore, & iui talmente fermati, che più non se ne poteuano leuare, in modo, che da questo suo moto causato d'allegrezza ne potesse seguir la morte, perche tanta era la tristezza, che li spiriti di continuo si moueuano in dentro: ma la impensata giunta delli figlioli, come rimedio d'vn'infermo, che più non era a tempo, fece questo effetto, che mosse notabilmente l'animo di quelle donne, il quale mentre, che era totalmente fisso in quella tristezza, cascò (poi che è, da creder, che anco la natura vi consentisse) in maggior disgratia, che fu la morte, la quale, si come per quella tristezza tardaua pian piano a venire, cosi accresciuta fuor di modo, per il mouimento nato dalla subita giunta delli figlioli, fece che venne tanto più presto; come interuenne li anni passati ad vna Giouane, che era fuor di modo innamorata d'vn Giouane, & non potendolo, non che godere, ma ne anco vedere, talmente s'infermò, che fu giudicato, che non vi fosse più altra speranza della salute sua, se non che quello Giouane l'andasse a vedere: ma subito, che egli vi arriuò, ella si commosse bene alquanto, & parue che si allegrasse, ma perche era già gionta all'vltimo della tristezza, mentre egli vi era presente, passò di questa vita.

Nota vn caso d'vna giouane inamorata d'vno giouane.

Come la giouine morì subito alla presentia del suo inamorato.

Talmente che si può dire, che non fu l'arriuo dell'inamorato, che l'ammazzasse, ma ben fece questo effetto, che trauagliando tanto l'animo di quella Giouane, già ruinato, & distrutto dalla tristezza, per la quale pian piano caminaua alla morte, scurtò il tempo della vita, & affrettò subito la morte.

Come non morì per l'arriuo dell'inamorato, & per qual causa morì.

Come morì il Gonella Buffone.

Il medesimo interuenne a quello Buffone, chiamato il Gonella, il quale

quale, mentre era condotto al luogo della giustitia, doue ch'egli credeua, che gli douesse esser tagliato il capo, & hauendo posto il collo sotto la manara, gli fu gettata sopra gran copia d'acqua fredda, stando però la manara al suo luogo, & egli subito se ne morì.

Non è dubbio alcuno, che quell'acqua non l'amazzò, ma perche già s'era preparato l'animo al colpo mortale, quello che gli cascò sopra il collo, ch'esso pensaua, che fosse la manara, gli affrettò la morte inanti al tempo: cosi interuenne a quelle donne, le quali, caminando tuttauia pian piano alla morte, per la gran tristezza, nel sentir quell'allegrezza, che a loro fu falsa, se gli rinouò di maniera il dolore, che gli ne seguì subito la morte, poi che non poteuano lassar la tristezza, per esser già andata troppo inanti.

In qual modo l'allegrezza può esser causa d'vna morte subitanea.

Onde si conclude, che l'allegrezza, quando è libera, & che prima non vi è stata alcuna tristezza, se pian piano andarà crescendo, & che in vn tratto si scopra, può esser causa di morte subitanea, cosa, che non potrà far, se prima vi sarà stata qualche notabil, & ferma tristezza, nè manco si può dire che quella sia vera allegrezza, ma più presto stimata cosi da altri.

Quanto alla cura delle perturbationi dell'animo, n'hauemo detto a bastanza, quando parlauamo della fiacchezza, che il trouar la causa sua ne insegna non solo a conoscer qual fine hanno d'hauer, ma ancora in qual modo si deueno curar: nondimeno in questo luogo non mancaremo di replicar (come anco iui hauemo detto) che il vino, & massime puro, poi che questo gioua più che tutte le altre cose, & beuuto assai licentiosamente, gioua mirabilmente a leuar la paura, le passioni dell'animo che sono con tristezza, & ogni sorte di affanno, & eccita, & moue li spiriti all'allegrezza, come l'oglio eccita la fiamma: il medesimo fa anco la mandragora, & se per sorte questo effetto non ne segue, almeno prouocarà il sonno, il quale poi sminuisce questi trauagli, ò almeno causerà dolori di testa, il quale fa scordare le altre male dispositioni.

Come il vino puro beuuto in copia gioua alle passioni dell'animo con tristezza.

L'effetto della mandragora.

Di più deueno quelli, che patiscono tristezza, & altri affanni per le passioni dell'animo, fuggir di star mai soli, & all'oscuro, ma andar spesso a veder fontane, & giardini, conuersar con persone care, & amoreuoli, cercar d'hauer in facultà sua tutto quello che desiderano, & in somma variar ogni giorno stanza, & luoghi, acciò che il suo pensiero si possa partire da quella imaginatione, c'hanno tanto fissa nell'animo: in particolare poi s'ha d'auuertire, che nel principio di questa sua passione, sarà bene cauargli sangue dalla vena, pur che altro

Ciò che deuono far quelli c'hanno queste tristi passioni di animo.

Come nel principio si deue cauar sangue, & per qual causa.

non li sia in contrario, prima che il sangue si fermi in qualche luogo, perche gli giouerà fuor di modo.

Quando poi il male sarà durato vn pezzo, & che incominciano hauer speranza di risanarsi, sentiranno da questo gran giouamento. Il che accade principalmente, quando se gli proponeno rimedij, & cose, alle quali essi hanno grande affettione, & per mezzo delle quali sperano al sicuro di ritornar nello stato suo di prima, & di risanarsi.

La differentia che è tra la colera, & l'odio, & la sua diffinitione.

Li rimedij poi accommodati contra la colera, & contra l'odio (il quale non è altro che colera vecchia, con gran, & ostinato desiderio di nocer a colui, al qual l'huomo vuol male, vero è che quella è veloce, & questo è tardo) saranno, che l'huomo si risolua di darsi in tutto all'humiltà, & metterssi con desiderio grande a seruire altri, & di più, che di cõtinuo pensi alla morte, la qual (come si sà) getta a terra ogni cosa, che così facendo di buon cuore, al sicuro presto si libererà da queste molestie.

Come non si deue prohibire l'allegrezza, & per qual cagione.

Quanto poi a voler prohibir l'allegrezza, si come si prohibiscono li altri affetti dell'anima, mi pare fuori di proposito, perche prima l'allegrezza non è trauaglio d'animo, ma più presto consolatione, & ripoſo, & poi perche non si troua, che in trenta seculi humani, sia a pena mòrto vn solo, per allegrezza, & anco questo non si sà certo, benche si troua che sempre ha giouato ad infiniti huomini, poi che fa bona cottione ne gli humori, empie il corpo di bonissimo nutrimento, tiene vigorosi tutti li sensi, conserua intiero tutto l'intelletto, mantiene, & accresce la sanità, & prolonga la vita. Per la qual cosa non si deue mai prohibire l'allegrezza, eccetto quando passa in buffoneria, & in troppo ridere, ouero se si conoscesse, che l'huomo se ne potesse morir per esser troppo allegro, in tal caso sarà bene metter in mezzo qualche legger dispiacere, per raffrenar alquanto quella smisurata allegrezza: in somma colui, che desidera d'esser priuo delli trauagli dell'animo, deue metter ogni cura, & diligenza, quanto più si può, per hauer sempre l'animo quieto, & ripoſato.

Non si troua, che vno sia mono d'allegrezza.

L'vtil grande, che porta l'allegrezza.

Quando si deue prohibire l'allegrezza.

In qual modo si deue prohibir l'allegrezza.

Cio c' ha da far quello che vol esser priuo delli trauagli dell'animo.

Tre rimedij singulari contra le passioni dell'animo, il primo.

Il secondo.

Il terzo.

Il che quasi ogni vno hauerà con questi tre rimedij; il primo è che si sforzi perpetuamente di conseruarsi la sanità del corpo, perche quando è perduta, ò è in dubio di perderssi, è necessario, che l'huomo sia trisło; il secondo rimedio è che ogni vno deue procurar d'hauer tutte quelle cose, che sono al bisogno per conseruarsi la sanità, & se alcuna vi manca, c'habbia il modo di prouederssene; il terzo rimedio è, che raffreni talmente il desiderio delle cose di questo mondo, che è infinito, & che tiene l'huomo in continuo trauaglio, che non desideri mai, se non

quelle

quelle cose, che gli sono presenti, ò che si possono ragioneuolmente sperare, che presto accaderanno, & tanto basta circa alle sei cose chiamate non naturali.

Delli quattro tempi dell'anno. Cap. XVIII.

TRATTAREMO *hora qual modo, & regola di viuer, si deue osseruare per tutti li quattro tempi dell'anno.*

Per parlar adunque in generale, in tutti questi tempi, quando saranno molte pioggie, è bene beuer poco, & più presto puro (pur che il capo non patisca, & non sia d'estate) che adacquato, ma se non patisce, si deue leuar tanto vino, quanto se vi aggiunge dell'acqua, osseruando la proportione, & misura di quello che si beue: quelli che non beuono vino, deueno beuer manco acqua, & tutti insieme, lassando li brodi, più che sia possibile, & mangiaranno cibi solidi, come di carni, piccioni seluaggi, & altri vccelli, pur che non siano acquatici, castrato, capriolo, & lepre, & simili sorti di carne: & perche in tanto, con questo viuer, il ventre spesso si stringe, in tal caso bisogna hauer ricorso a quelli rimedij c'hauemo scritto di lubricar il ventre, pur che non siano troppo humidi, ma se la stagion del tempo sarà secca, si deue far tutto l'oppositо, pur che in tutto vi sia la debita misura. In qual si voglia tẽpo però, ancor che sia pluuioso, non deue alcun vecchio seguir il consiglio di quelli che li lodano generalmente le cose salate, perche con esse si consuma l'humido naturale, & si augumentano le siccità della vecchiezza, la qual è l'istessa siccità, nè è da creder, che queste cose consumino solamẽte le humidità escrementose delli vecchi, & che lassino, & cõseruino la humidità sostantiale, (si come alcuni si persuadeno che sia) ma morsicano le carni, & la sostantia solida del corpo, struggono, & spremono fuori tutta la humidità, il che chiaramente si conosce, perche nel mangiar cibi salati, accumulano maggior copia d'humidità, sputano spesso, diuentano rauci, & sono trauagliati dalla tosse, si fanno debili, & estenuati, & benche costoro credano d'esser nella vera opinione, intorno a questa materia, insieme con Galeno; nondimeno ne sono lontanissimi, come già hauemo dichiarato, perche non solo Caleno non loda le cose salate alli vecchi, ma più presto le biasma, & sommamente le vitupera, poi che anco nel quinto libro di conseruar la sanità, poco dapoi quella parola παριχευθέντα, la quale la maggior parte hanno interpretato salate,

Come, & in qual modo nelle pioggie si deue beuer vino puro.

Quãdo si deue beuer manco vino, & manco acqua, & mangiar cibi solidi, & di qual sorte.

In qual modo si deue lubricar il vẽtre.

Come li vecchi deueno lassar le cose salate, & perche.

In qual modo per mangiar cose salate li vecchi patisco no di humidità.

Come Gal. biasma le cose salate alli vecchi.

salate, alcuni secche, & noi l'hauemo esposto, per conseruate; confuta manifestamente quelli che danno alli vecchi ταριχηρὰ, che latinamente vuol dir carni salate, più presto che le freſche: & dice, che costoro s'ingannano subito nel principal fondamento del suo consiglio, mentre che pensano, che li corpi delli vecchi, si debbano essiccare, & per questo lodano più presto le carni seluaggie, che le domestiche, & più presto le salate, che le freſche, & senza sale, & in tutta la regola del viuere fuggono li cibi humidi, & abbracciano li secchi, ben che il bisogno fosse di far tutto l'opposito, poi che alli vecchi li cibi humidi sommamente giouano. Questo dice Galeno.

Come quelli che danno le cose salate alli vecchi s'ingannano.

Come Galeno nõ contradice a se stesso.

La differentia che è tra quelle due parole Greche. ταριχηρὰ & ταριχευθέντα.

Nè manco si può dir, che egli a se stesso contradica, nè merita esser ripreso, che non usi propriamente questa dittione salita. Perche non usa la medesma dittione in ambidoi li luoghi, poi che di sopra ha detto ταριχευθέντα, & qua dice ταριχηρὰ: quella si può interpretar hora salata, hora conseruata (come hauemo detto) questa non si può intender se non per salata, ò secca: & ben che haueſsi potuto metter questa distintione anco di sopra, quando parlauo di prolongar la vecchiezza,

Per qual causa nõ s'è posta questa distintione di sopra.

ho differito a scriuerla quà in sin'adesso, per non inasprire, & spauentar l'animo del lettore, forse astretto all'opinione contraria, & lo teneſsi sospeso sin tanto, che vedendo il dubbio di quella opinione, vi cominciasse pian piano a pensare, di non esser in errore, & che all'vltimo nel partirsi da quella, arriuasse a questo presente passo, nel qual ritrouando che Galeno, qual s'è proposto per guida in questa professione,

Come Galeno è contrario a quelli che lodano le cose salate alli vecchi.

gli è di rimpetto contrario, si risoluesse poi di accostarsi voluntieri a questa nostra opinione. Ma torniamo alli quattro tempi dell'anno.

Dell'inuernata. Cap. XIX.

Come secõdo Hippocrate non si deue far più d'vn pasto il giorno.

ANCOR che Hippocrate commandi, che nel tempo dell'inuernata l'huomo non deue mangiar, se non vna volta al giorno, eccetto quando il ventre è molto stittico, nondimeno, quando non si può accommodar a questa regola, deue mangiar qualche poca cosa la mattina: ma perche a Roma (come tante volte hauemo detto) li cibi danno poco nutrimento, ancor che siano in molta quantità, è molto meglio far ordinariamente doi pasti al giorno, pur che questa regola non li nocia per qualche occulta proprietà: hauemo anco determinato, se l'huomo deue mangiar più al pranso, che alla cena, oltre di questo non è di dan-

Quando secondo Hippocrate, si deue mangiar vn poco la mattina

Come è meglio a far doi pasti al giorno.

no

no mangiar molta sorte di cibi vna volta sola il giorno, ma farlo poi mattina, & sera; è molto pericoloso non solo a Roma, ma in ogni altro luogo: è ancor vtile guardarsi da molte sorti di minestre, & da molte sorti di vini, & che li cibi, che si mangiano in questo tempo, più che nella prima vera, & nelli altri tempi siano ben sodi, & il pane, & li cibi fatti di farina siano in maggior quantità de gli altri cibi, le carni siano arrostite, perche a questo modo si mangiano più facilmente, & con maggior gusto da quelli che non hanno sete, come per ordinario sono tutti, l'inuernata.

Come non è di dano mãgiar vna volta sola il giorno molta sorte di cibi.

Come il cibo per l'inuerno deue esser sodo, con molto pane.

Come le carni deueno esser arrostite.

La carne vaccina, & simili carni, è bona a questo tempo, pur che sia frolla, & bollita: di herbaggi, pochi sono boni, eccetto le herbe calde, & secche, come sono li cauoli, & le radici domestiche.

Come la vaccina è bona d'inuerno.

Quali herbe sono bone d'inuerno.

Li vini deuono esser gagliardi, ma in poca quantità, & puri, & anco neri, pur che piacciano al gusto.

Li vini deuono esser gagliardi, & puri.

Poi che l'huomo si sarà scaricato delli soliti escrementi, non sarà di danno esporsi alquanto al freddo, ma se lo farà prima, ne sentirà poco vtile, perche il freddo caccia in dentro gli escrementi, & li ferma, & fa l'huomo atto a diuersi mali. Ma se ne guarderà molto bene dopò che hauerà mangiato, & dapoi che hauerà fatto essercitio, ancor che il corpo si sia sgrauato secondo il suo solito delli escrementi.

Quando si deue esporre al freddo.

Quando non si deue esporre al freddo.

E di gran giouamento far molto essercitio, perche con esso il corpo si scalda, se ben in molto tempo; ma è meglio a non farlo, quando è gran freddo, perche in questo tempo il corpo non si suole scaldare, se non quando l'huomo fa grandissimo essercitio, il qual poi è molto pericoloso nelli gran freddi.

Come l'essercitio è di gran giouamẽto, ma è di danno quando fa gran freddo, & perche.

Et si come è di molta vtilità fuggir d'estate il gran caldo, cosi ancora è il fuggir il vento a l'inuernata, perche quello risolue la virtù, questo empie troppo il capo.

Come d'estate si deue fuggir il caldo, & l'inuerno il vento, & perche.

E' anco d'auuertire, che quando incomincia l'inuernata, bisogna mutar prima le vesti di dentro, & quando incomincia l'estate mutar quelle di fuora.

Come s'hanno da mutar le vesti, & d'inuerno, & d'estate.

Della primauera. Cap. xX.

NEL tempo della primauera si ha da osseruar quella regola di viuere, che richiede il mezo tra l'inuerno, & l'estate, & tanto più per esser più breue de gli altri tempi. Bisogna dunque leuar pian piano quelle

Qual regola si deue osseruar la primauera.

Come pian piano si deue proceder in questo tempo.

quelle cose, che son buone all'inuernata, & accostarsi parimente pian piano a quelle che richiede l'estate, cioè dal beuer poco, & puro al beuer assai, & adacquato; da i cibi duri, alli molli, da molti cibi, a pochi, & massime se già s'accosta l'estate; da gli arrostiti, alli bolliti, con tutto ciò bisogna hauer a memoria quelle regole, che habbiamo detto di sopra, che si deuono osseruare alla Quaresima. In tanto è da sapere, che, per farsi in quel tempo le notti più breui, & l'hora della mattina è piacenolissima, bisogna permetter che l'huomo dorma, sin che è leuato il sole, & anco alquanto di più, & massime quando conosce che gli gioua, & che se ne sente bene: perche spesso accade, che quando il sole si accosta più a noi, li buoni humori, congelati dentro del corpo, per il freddo dell'inuernata, si liquefanno, si attenuano, & richiedono maggior quantità di luogo; talmente che se non sono cacciati fuori del corpo (cosa che non si deue aspettar naturalmente) è necessario che ritenuti dentro, ò malamente si putrefacciano (& questo è contra la natura) ouero che col mangiar poco, ò niente si risoluano (& questo è quasi secondo l'ordine naturale) ò finalmente che si conuertano nella sostantia del corpo; & questo è totalmente secondo l'ordine della natura.

Come nella primauera s'hanno da osseruar le regole che si osserua nella Quaresima.

Come allhora si può dormire sin che il sole è leuato.

Ciò che accade quando il sole si accosta a noi.

Tre cose possono accadere intorno a gli humori congelati per il freddo dell'inuernata nel nostro corpo.

Nota l'essempio de le piante.

Et si come le piante in questo tempo non cacciano fuori l'humore, che hanno accumulato l'inuernata, ma lo conuertono nelle loro proprie parti, cioè in foglie, & in fiori; così deue cercar l'huomo di fare, cioè di conuertir questi humori in carne, & in altre parti per fortezza del corpo: il che si fa principalmente col dormir bene, massime a quell'hora: & però volgarmente si dice, che del mese d'Aprile dolcemente si dorme. Il sonno poi in quel tempo è più lungo, & più soaue non solo per le ragioni dette, ma anco perche l'aria vicina è più risolutiua, che non è d'inuernata; onde anco seguita che gli huomini hanno più appetito, & mãgiano più la primauera, & beuono che l'inuernata, & da questo poi ne nascono li sonni più lunghi, & più soaui. Ma bisogna auuertire di fuggir il sole di Marzo (poi che hora trattando della primauera occorre parlarne) perche liquefa non poco ma assai, gli humori congelati, li quali, essendo molto copiosi per il freddo dell'inuernata, è necessario che trabocchino in qualche parte, onde poi ne nascono catarri, infiammationi delle fauci, & di gola, infiammatione di petto, & di polmone, & scabie. Acciò che adunque queste cose non accadino, bisogna che l'huomo usi grande abstinenza, & che mangi cibi che diano poco nutrimento: & però ragioneuolmente è stata in tal tempo instituita la Quaresima, non solo per salute dell'anima, ma anco del corpo, si come di so-

Come l'huomo deue imitar le piãte.

Nota il prouerbio del mese d'Aprile

Per qual causa allhora il sonno è più lungo, & più soaue.

Per qual causa allhora gli huomini hanno più appetito.

Come di Marzo bisogna fuggir il sole, & perche.

Quali mali cascano in questo tempo, & perche.

Per qual causa la Quaresima è stata instituita di questo tempo.

pra hauemo detto. Ma se non basteranno queste cose a mantener l'huomo sano, sarà necessario di venir al cauar del sangue, ò alla purgatione, ò a qualche altra simile euacuatione. Ma se alcuno viue sobriamente, & massime passando li anni settanta, ilqual essendo solito di viuer di buoni cibi, ma parcamente, & poi si sia posto a nutrirsi di pochi cibi, ma di manco sostanza, & che pian piano, senza altra causa manifesta, si vada estenuando fuori del suo solito, & si faccia magro, non deue in modo alcuno esser trauagliato da queste, ne da simili euacuationi, poi che non può nell'innernata metter insieme tanti humori, che non si possano superar con quel suo viuere tanto ristretto.

Nota in qual tẽpo il vecchio non deue far alcuna euacuatione.

Costui adunque nella primauera, finita che hauerà questa mutatione di viuere, se fuori del solito suo si farà più estenuato, non si deue in modo alcuno purgare, nè anco porsi a maggior dieta, ma far più presto doi pasti il giorno, che vn solo, se così sarà solito di fare, & guardarsi da i cibi che danno poco nutrimento, & mangiar spesso quelli che nutriscono assai. Talche essendo la vecchiezza la strada per la quale si camina alla siccità, le purgationi, l'astinentia, il mangiar vna volta sola il giorno, il nutrirsi di cibi di poca sostanza, & escrementosi, che fanno il medesimo effetto; s'egli vorrà metter in vso tutte queste cose, ò vna sola, ò due, & che per questo si faccia più fiacco, & più estenuato, contra il suo ordine naturale: oltra che fa affrettar la vecchiezza fuor di modo, sarà necessario appresso, che nell'arriuo dell'estate, nella qual li vecchi sogliono naturalmente star bene, non solo non si senta bene, ma che fuor di misura si estenui, & s'infiacchisca, & che nell'autonno per questa prima indisposition, ò per qualche altro male causato da questa languidezza, corra pericolo di vita. Per la qual cosa nella primauera gli sarà molto più vtile, & di maggior piacere, come anco sono li sonni di quel tempo, con lassar da canto li cibi che estenuano, & che indebiliscono, accostarsi a i cibi di buon nutrimento, & di quelli mangiarne honesta quantità, acciò che per essi fatto più forte, possa più facilmente resistere al feruore dell'estate, il quale con il gran caldo suole risoluere le forze d'vn vecchio, che nella primauera non solo non si sia ben ristorato, ma più presto estenuato. Et in questo ha da imitar le piante, le quali la primauera spinte da instinto naturale tirano tanto nutrimento dalla terra, che gli basta non solo per mantenimento, & accrescimento della loro sostanza, ma anco per

Ciò che si deue far dopo la quaresima.

Quali sono quelle cose, che nocciono alla vecchiezza.

Per qual causa li vecchi si sentono male l'estate quãdo si deuetiano sentir bene.

Ciò che ha da fare il vecchio la primauera.

Come il vecchio deue imitar le piante.

L'vtile che portano le frondi alle piante.

poter generar fiori, frutti, & frondi, le quali seruono loro l'estate per difendersi dal calore del sole. Così deue far il vecchio guidato, & dalla ragione, & dalla natura, poi che è partecipe d'ambidue. Et non solo non si deue debilitar con sminuir il viuere, & far altre euacuationi, ma piu presto fortificarsi col buono, & copioso nutrimento, per potersi poi meglio difender dall'ingiurie, & danni dell'estate, perche l'estate non sarà di maggior giouamento a quel vecchio, se sarà estenuato, & debilitato nella primauera (come habbiamo detto) che possa esser a gli altri vecchi, li quali non si smagriscono, nè si debilitano al tempo della primauera. Per la qual cosa è necessario, che l'huomo che si troua in quell'età, prima che arriui l'estate, procuri che la carne cresca, & che la virtù si corrobori, secondo che la natura potrà comportare, ò almeno che si mantengano nello stato di prima, non potendo far alcun guadagno, & non procurar che le carni si sminuiscano, & le forze si debilitino.

Come il vecchio si deue [illegible] col b[illegible] & a qu[illegible]

Dell'estate. Cap. xxI.

Che l'estate si scema la fame, & cresce la sete, & cio che si ha da fare.

PASSANDO *gli huomini dalla primauera a l'estate, incominciano per la maggior parte ad hauer poca fame, & molta sete: però bisogna scemar il cibo, & crescer la beuanda, ma pian piano, acciò che facendolo in vn subito, non ne segua qualche grande, & dannosa mutatione. Et così nell'auenire ancora, mangiando manco cibi, si nutriranno più presto di carni bollite, che arrostite, perche quelle s'ingiottiscono più facilmente da colui che ha sete, che queste. Potranno mangiare inanzi pasto di quelli frutti che si chiamano horarij, che fanno il ventre lubrico, purche non habbiano troppa gran sete, perche la gran sete, se con altri rimedij non si leua, è causa, che il cattiuo humore di quelli frutti, passi presto alle vene, & che poi, se non esce tosto per le vie dell'orina, si corrompa di mala maniera, & causi qualche notabil febre.*

Che le carni bollite sono migliori delle arrostite.

Quando la sete è grande non si deuono mãgiar frutti horarij, & perche.

Si deue mangiar poco caſcio, & di raro, & perche. Il caſcio è peſſimo a quelli che beuono aſſai.

Non deue alcuno mangiar caſcio aſſai, nè ſpeſſo, ma poco, & di raro, perche beuendoſi aſſai in queſto tempo, & non trouandoſi il peggior cibo del caſcio, a quèi che beuono aſſai (come dice Hippocrate) biſogna che tal cibo porti grandiſſimo danno.

Quãdo ſi può rinfreſcare il vino.

Et per la medeſima cauſa biſogna beuer aſſai, & con molta acqua, & in mezzo il paſto, & ſe il tempo ſarà molto caldo, ſi potrà rinfreſcar

con

con l'arte quello che si beue.

Quando si può bere tra il pranso, & la cena.

Non bisogna bere tra'l pranso, & la cena, eccetto se per qualche gran causa vi fusse una smisurata sete. Et benche in questo spatio, per il gran caldo, occorra spesso che l'huomo ha un poco di sete, nondimeno perche è poca, cessa da se, onde è meglio a comportarla alquanto, che bere, perche il non beuer non impedisce la digestione del cibo, ma il bere la conturba, & spesso impedisce l'huomo, che non ceni, ò almeno fa che la cena non gli gusta.

L'vtile che porta il non bere & il danno che porta

Come si deue mangiar poco a pranso, & perche.

L'huomo anco deue mangiar poco a pranso, se pur lo può fare, perche il caldo che si sente dopò il mezo giorno, offende fuor di modo il corpo quando è pieno. Ma a pranso il vino ha da esser più adacquato, che alla cena, perche se lo beue con poco, ò con niente d'acqua è necessario, che il capo si empia fuor di modo; è anco necessario che troppo si riscaldi, & che si senta molto male, perche tirando sempre a se il caldo del sole, tutto quello che può, & andando in alto il vapor del vino, & di più tirando il capo a se li vapori, & anco gli humori delle parti inferiori, ne seguita per forza l'effetto, che hauemo detto, cosa che non può accader la sera a cena, pur che l'huomo non beua troppo, perche la frigidità della notte, mentre che resiste al caldo, prohibisce che non si faccia tanta essalatione.

Per qual causa il vino ha da esser più adacquato al pranso che alla cena.

Quelli che magiano poco deuono bere liberamente, & in qual modo.

Quelli che naturalmente mangiano poco, acciò che la virtù si mantenga, & il gran caldo non gli dia molta molestia, deuono bere vino assai liberamente, purche sia bene adacquato.

Quelli che magiano assai deuono bere manco.

Per il contrario l'inuernata quelli che mangiano assai (come di sopra hauemo detto) deuono bere manco vino, ma più puro, perche quanto più è puro, tanto manco humetta.

Quando si può vomitare.

Il vomito si deue fuggir più che si può dalli corpi sani, purche non gli intrauenga qualche gran pienezza

Come si ha da entrar nel bagno.

Deue ogn'vno seguir la sua consuetudine di entrar nel bagno, cioè di andar alla stufa.

L'essercitio dell'estate deue esser la mattina, ma poco & perche.

La mattina perche l'aria è freddo, ogn'vno deue spesso passeggiare, & far essercitio, ma con misura, perche altramente subito ne seguita, ò sudore, ò stracchezza. La sera poi, mentre che l'aria è anco caldo, bisogna guardarsi dall'essercitio.

Quando la sera nō si può far essercitio.

Come è meglio a beer'acqua, che vino, quādo si ha da far viaggio per il sole, & perche.

Se per sorte l'huomo sarà sforzato far viaggio per il sole, è molto meglio pransar leggiermente, & in cambio di vino beuer acqua, purche la possa beuer senza danno, acciò che il sole, il quale sempre ti-

ra dal ventre al capo tutto quello che può, non causi dolore, non impedisca la concottione, non muoua catarri, & non prouochi la febre. Nè bisogna pensare che basti a coprire il capo, col cappello, ò con l'ombrella, perche l'aria caldo vi entra per la bocca, & per il naso, il quale empiendo, & riscaldando il capo, produce li mali, che hauemo detto. L'acqua poi si come raffrena il caldo, così anco difende l'huomo da tutti quelli mali.

Come, & perche non basta a coprir la testa col capello.

Che [illegible] non si deue [illegible] esercitio, che passeggiar più piano.

Dopò cena non deue l'huomo far alcuno essercitio, ma leuarsi presto da tauola, & passeggiar pian piano.

Che si deue fuggir il sole, & il grā freddo. Et perche.

Deue ogn'vno così la mattina, come la sera fuggire il sole, & il freddo delli fiumi, & stagni grandi, & di molta neue, perche il sole l'estate risolue, & apre il corpo. Il freddo poi, perche entra con l'aria nelle intime parti di esso, che già è aperto da ogni banda dal gran caldo dell'estate, con la sua efficaccia causa spesso horrore, & punge le carni, come se fossero aghi piccoli, & altera di mala qualità, ò corrompe il caldo naturale.

Sin a qual hora si può dormir la mattina.

Quando si può dormir inanzi prāso.

Quanto al dormire, perche le notti sono assai breui, & spesso anco molto fastidiose, se l'huomo non hauerà dormito bene la notte, & che poi dorma la mattina per tempo sin' alla terza, ò quarta hora del giorno, nè sentirà spesso grande vtile. Et se per sorte sarà sforzato leuarsi la mattina per tempo, potrà di nuouo dormir alquanto inanzi pranso, come hauemo già detto.

Che il dormir dopo pranso deue esser poco, perche l'assai è sempre di danno.

Il dormir poi dopò pranso qualche volta, pare che apporti vtile, ma che duri poco, & che sia molto breue, perche il dormir assai non può esser d'vtile, doue che spesso è di danno, essendo in tutti li modi contra l'ordine di natura, perche se la notte inanti l'huomo ha dormito tanto che basti per la sua consuetudine, non ha più di bisogno per quel giorno di dormire. Et se ben quando è breue non può portare danno, quando però è lungo, nuoce fuor di modo, poi che nel dormir poco, si può giudicare che pochi vapori leuati dal cibo vadino al capo, & questi ben presto si risoluano dal calor naturale; doue che quando è lungo, è necessario che li vapori siano in gran quantità, & che non si possano risoluere se non con grandissima fatica.

Per qual causa il dormir poco dopò pranso può nocer poco.

Dell'Autunno. Cap. XXII.

NEL passar che si fa dall'estate all'inuernata per l'Autonno, bisogna proceder tutto al contrario di quello che hauemo detto, che si deue fare nel passar dall'inuernata all'estate per la primauera, scemando pian piano le cose, che conuengono l'estate, & aggiungendo quelle dell'inuernata. Et prima perche le notti si fanno lunghe, bisogna fuggir più che si può di dormir dopò pranso.

Come si deue far nel passar dall'estate a l'Autonno.

Come l'Autonno non si deue dormir dopo pranso.

Oltra di ciò perche in questo tempo l'huomo corre pericolo di amalarsi non solo per la gran disaguaglianza dell'aria che è all'hora, & perche il sole se ne parte: ma anco perche li corpi sono infiacchiti per il caldo dell'estate passata, bisogna che ogn'vno si guardi con diligenza, che concorrendoui tante cattiue cause insieme, che possono far che l'huomo s'amali, non commetta error tale nel viuer, che possa esser causa di qualche male. Perche se per sorte pioue, nel qual tempo la sete non suol dar fastidio alcuno, se l'huomo beue assai, ne sentirà più danno, che se hauesse fatto questo medesimo errore d'inuernata, ò di qual si voglia altro tempo, perche all'hora, ò l'equalità del tempo, ò la fortezza del corpo aiuta l'huomo che non senta danno da quell'errore, ma hora ogni causa consente che ne nasca gran putredine. Et però essendo il tempo tanto vario, bisogna che l'huomo sano cõ l'hauer sempre nell'animo di poter far qualche errore in pregiudicio della sanità, impari à star talmente saldo, che non trabocchi mai in alcuna parte, per potersi più sicuramente mantener sano.

In qual modo l'huomo è pericoloso d'amalarsi in questo tempo.

Come l'Autunno bisogna che l'huomo più che mai si guardi di far disordini.

Quando l'Autonno il bere è di dãno.

Ciò che deue far l'huomo l'Autonno per star sano.

Et habbia sempre a memoria che il coito non è sicuro, & che il bere assai è pericoloso, & però è forse meglio ber manco di quello che l'huomo si pensa, perche se l'aria è molto humida, come accade quasi sempre in questo tempo, le carni, che sono molto essiccate per il caldo dell'estate, tirano di fuori per la pelle, per la bocca, & per il naso grande humidità dentro il corpo: onde poi la sete cessa quasi in quel modo, come se si beuesse, & si come si proua ogni giorno quando spira il vento Austro, perche (come anco dice Hippocrate) tirano non solo dal ventre, ma anco da di fuori, & di quì nasce, che per esser tanto humida l'aria nell'autonno, l'aquosità dell'orina esce in tanta copia, & cosi spesso: nè ciò accade (come alcuni vogliono) perche all'hora si mangi vua assai,

Che il coito, & il bere assai è pericoloso.

Cio che accade quando l'aria è molto humida.

Per qual causa l'orina moltuplica l'Autonno.

ſai, poiche il medeſimo interuiene ancora a quelli, che non mangiano vua, nè manco perche il calor naturale ſia molto debole, perche queſto non accade, ſe il tempo non è molto humido.

In fauor de quali queſto libro è ſcritto.

Tutto queſto è ſtato detto per far coſa grata a quelli c'hanno caro di viuere, & che vogliono gouernarſi con regola, & che hanno tempo di poterſi conſeruare la ſanità.

Il fine del quinto Libro.

DEL MANTENERE IL VENTRE MOLLE SENZA MEDICINE

Di M. Alessandro Petronio da Ciuita Castellana

Libri due.

Opera molto vtile a tutti, ma poi necessaria a quelli, che non possono fare essercitio.

Ridotta dalla Latina nella lingua volgare dall'Eccellente M. BASILIO PARAVICINO da Como.

LIBRO PRIMO.

Di quelle cose che in generale lubricano il ventre. Cap. I.

SE l'huomo mangiasse, & beuesse poco, non saria di bisogno che, per conseruar la sanità, si vsasse altra diligenza, per far che il ventre ogni giorno fosse ben lubrico, perche, (come dice Hippocrate) non saria pericoloso di patir alcuna di quelle infirmità, che nascono dal mangiare, & dal bere. Ma perche con la sua diligenza (come spesso hauemo detto nel libro del viuer delli Romani) si prouede di continuo di gran copia di nutrimento, & è vsanza naturale di tutti gli animali, che quando hanno commodità di cibo (pur che per altra causa non siano impediti) più presto sogliono empirsi troppo, che star sobrij, & mangiar poco, è necessario che quelli, che vogliono viuer sani, & massime se stanno sempre in otio, & fanno pochissimo essercitio, che, si come ogni giorno s'empiono il ventre,

Per qual causa l'huomo mangia troppo.

tre, cosi ogni giorno parimente cerchino d'euacuarlo, perche il cibo quando se ne mangia assai, & che l'huomo non ha di bisogno di tanto, non se ne conuerte ne la sostanza del corpo nostro la metà, nè la terza, nè manco la quarta parte di quello che s'è preso, perche se altramente fosse, ò che li corpi nostri si fariano di smisurata grandezza, ò che la risolutione di essi, che si fa ogni giorno, per la quale siamo sforzati à nutrirsi, saria tanto fuori de l'ordine de la natura, che non potressimo mai digiunare senza qualche gran danno, nè manco potressimo comportar la fame dui, ò tre giorni senza pericolo di vita: talche comportandola senza danno, & paragonando quello che si mangia ogni giorno à quello che ogni giorno ancora si caccia fuori, si può fermamente giudicare, che del cibo che si prende non ne va l'ottaua parte, nè la decima, & forse anco meno in vero nutrimento del corpo. Non è adunque cosa ragioneuole à determinar cosi semplicemente, & in confuso, che si come il nutrimento entra ogni giorno nel corpo, cosi anco ogni giorno deuono uscir li proportionati escrementi, ma piu presto risoluersi à dire, che gli escrementi deuono esser piu di quello che forse l'huomo si pensa, il che non si ha da far con medicamenti che purghino, nè meno con rimedij che euacuino acqua, ouero humori, ma con cose che cauino dal corpo solamente le fecci, & gli escrementi grossi, perche quell'altra sorte di medicamenti, cauando le humidità, estenua il corpo, & prohibisce che non si nutrisca, ferma il ventre, affretta la vecchiezza, & fa l'huomo mal sano: quest'altra con euacuare ogni giorno lo sterco puzzolente, libera il ceruello da li vapori di cattiuo odore, fali sentimenti vigorosi, prohibisce la indigestione, difende tutto il corpo da la putredine, allunga la vita, & conserua la sanità. Di tal sorte sono quelle cose, che possono molliscare il ventre, ò mouerlo leggiermente. So che alcuni dicono il contrario, che gli escrementi deuono esser manco che il nutrimento, perche se gli escrementi fussero in maggior quantità, il corpo non si potria mantener lungo tempo, & in segno di ciò dicono, che quelli che hanno il corpo stitico, sono piu robusti, che quelli che l'hanno lubrico, & che colui che ha spesso il beneficio del ventre, non può far buona digestione del cibo. Questo argomento si risolue facilmente, perche se haueremo considerazione al tempo, nel qual l'huomo è in augumento, & che camina à l'età vigorosa, non è dubio che bisogna che gli escrementi siano manco che il nutrimento, il qual s'habbia da mutar nella sostanza del corpo, perche se fosse più quello che si leuasse, che quello che si aggiongesse, il corpo di continuo si sminuirebbe. Bisogna anco auuertire che gli escrementi di

Quanta parte di cibo si cõuerte in nutrimento.

Cio che saria, se la cosa fusse altramente.

Quanta poca parte di cibo vada in nutrimento.

Cõ quali rimedij si deuono cauar gli escrementi del corpo.

Qual danno portano li medicamẽti.

L'vtile che portano li primi rimedij.

Nota il dubio che si fa intorno la quantita de gli escrementi.

Come quelli che hanno il ventre stitico, sono piu robusti di quelli che l'hanno lubrico.

La risposta à questo argomento.

Come nel augumento gli escrementi deuono esser manco.

Quando gli escrementi hãno da esser copioti.

quelle

quelle materie che entrano nel ventre, & che iui restano, senza che siano distribuite altroue per il corpo, non hanno da esser manco di quelle, che naturalmente si tirano da quel luogo a gli altri membri, per nutrir tutto il corpo, anzi deuono esser molto più, perche quelle, si come sono spesso in maggior quantità, che non conuiene (si come hauemo poco fa accennato) così hanno di bisogno di molta, & di copiosa euacuatione.

Però bisogna che questi sappiano, che può forse accadere, che quelli che hanno il ventre lubrico, siano più deboli che quelli, che l'hanno stittico, ma non si può negare, che non siano più sani, & più sicuri, & tanto più quelli che ogni giorno mangiano copiosamente. Ne manco è da credere, che, se bene il ventre è lubrico, & che si euacua ogni giorno tante volte, & tanta materia quanta è di bisogno, per la quantità del cibo preso, che non per questo resta la natura di far la debita distributione del cibo. Ma torniamo al nostro proposito. Tra le cose adunque che lubricano il corpo, è il mangiar assai, si come il mangiar poco, & il patir fame lo stringono. Il beuer assai fa il medesimo effetto, ma bisogna beuer poco, & spesso, acciò si faccia buona mistura col cibo, in modo però che l'huomo non patisca sete. Se sarà solito beuer vino, non lo beuerà puro, perche essicca, ma adacquatō, & ha da esser di meza etade, secondo l'vsanza nostra, & non vecchio, tal che non passi doi anni, & questo sarà in poca quantità, rispetto a l'acqua, che ha da esser molta, perche se sarà in molta quantità, mentre che prouoca l'orina, stringe il ventre. In somma chiunque vuole hauer il corpo lubrico, non bisogna patir fame, nè sete, & di più bisogna mangiar due volte il giorno, poi che il mangiar vna volta sola, attenua, & essicca gli humori, & fa il ventre stittico, doue che il pransare, & il cenare fa effetti contrarij.

Quelli che hanno il ventre lubrico possono esser più deboli, ma bisogna che siano più sani.

Il mangiar assai lubrica il ventre.

Come il beuer assai, ma poco, & spesso, lubrica il ventre, & perche.

Che il vino non si deue bere puro, & nō ha da esser vecchio, ma di meza età.

Come l'acqua ha da esser più che'l vino, & perche.

Che bisogna mangiar due volte il giorno.

Il dāno che segue dal mangiar vna volta sola.

Le minestre, come quelle fatte d'orzo, & certe compositioni fatte di liquori, & altre cose che siano in vso per tal effetto, hanno da esser sottili, & liquide, perche se saranno grosse, & spesse, si come sono vtili per ristorare, & dar forza al corpo, così giouano manco a lubricar il ventre.

Le minestre che siano sottili, & liquide.

Le minestre grosse, & spesse a quali giouino, & a quali nocciano.

Li cibi poi che son nati in luoghi humidi, & aquosi sono più a proposito per far questo effetto, perche quelli che nascono ne' luoghi asciutti, lo stringono.

Quali cibi giouino, & quali nocciano a quello effetto.

Li frutti non hanno da esser secchi, ma freschi, perche li secchi stringono il ventre, & non lo lubricano, per hauer perduto quel poco humore che haueuano nel principio, il qual suole lubricare il ventre.

Che li frutti deuono esser freschi.

E' vtile vsar li cibi con oglio assai, pur che lo stomaco non ne patisca,

Come li cibi deuono esser con oglio assai.

& beuer brodi molto caldi inanzi al cibo, perche oltra che aiutano a maturar gli humori crudi, che spesso si trouano nello stomaco, fanno anco quest'altro effetto, che aiutano gli escrementi a calar a basso più presto.

Il beneficio che portano li brodi caldi.

Li cibi che di natura sono humidi, si deuono mangiar caldi, perche col caldo, & con l'humido mouono il corpo: per il contrario quelli che hanno del secco, si deuono mangiar freddi, perche col caldo, che se gli da, che consuma quel poco d'humore che hanno, si fanno secchi troppo, & stringono il ventre.

Che li cibi humidi si deuono mangiar caldi, & [illegible]

Che li [illegible] si deuono mangiar freddi, & perche.

Le carni deuono esser grasse, & mangiate in guazzetto, ouero bollite, & hanno da esser di animali gioueni, per esser più tenere, & più humide, ma bisogna che, per vn pezzo prima siano stati amazzati, acciò che s'intenerischino, & siano più frolle, poi che tutte le carni fresche, per esser poco lontane dalla lor vita, & per questo quasi più robuste, con più difficoltà anco si cuociono, & parimente si smaltiscono, ma quando, poi che son morte, si conseruano per vn pezzo, & sono ben frolle, perche sono poco manco che putrefatte, si come più facilmente si cuociono, cosi anco più presto si smaltiscono.

Quali deuono esser le carni, & come cotte.

Che hanno da esser frolle.

Che le carni fresche si cuociono cõ difficulta.

Bisogna anco mangiar cibi leggieri, & di poca sostanza, li quali, ancor che mandino poca humidità nelle parti del corpo, nè gli diano augumento, ò fortezza alcuna notabile, nondimeno si liquefanno facilmente, & liquefatti che sono, si smaltiscono anco facilmente. Et per il contrario bisogna mangiar rare volte cibi gagliardi, li quali se ben generano più robusti humori, & che con difficoltà si corrompino, & diano gran nutrimento, & augumento, nondimeno poi che sono entrati nel corpo, gonfiano, empiono, tardi, & dofficilmente si cuociono, & si smaltiscono.

Che per lubricare il ventre li cibi deuono esser di poca sostanza.

Che li cibi gagliardi si deuono mangiar di rado, & perche.

Bisogna anco sapere che, di quelli cibi che ordinariamente sono in vso, li brodi lubricano più il corpo, che non fanno le lor carni, da quali sono stati cauati: tal che, si come nel cuocerli, quando volemo stringer il ventre, bisogna seruirsi delle carni, & leuar il brodo, cosi quando lo volemo lubricare, si deuono beuer li brodi in maggior quantità, & lasciar le carni.

Che li brodi lubricano più il vẽtre, che non fanno le carni sue.

Deue anco ogn'vno auuertire, che ne i cibi che per ordinario si mangiano, & massime se sono friabili, cioè fragili, si deue metter qualche poco di cosa lenta, & viscosa, perche questi cibi nettano (purche però siano in poca quantità,) quando si compongono con altre materie, non lassano che le loro parti si possano facilmente separare, & disunire; anzi subito che sono vscite dello stomaco verso gli intestini, a questo

Come li cibi friabili insieme con li viscosi lubricano il corpo.

modo

modo compoſte, le conducono di continuo ſeco, ſin tanto che eſcono dal corpo per via de gl'inteſtini, & coſi aiutano a lubricar il ventre. Di tal ſorte è la malua, di queſta ſorte ſono le parti eſtreme del corpo de gli animali, le quali eſcono facilmente per il ventre, per cauſa del ſuo lentore, come dice Galeno nel ſecondo, & terzo de gli alimenti.

Che il vẽtre ſi mollifica da quelli cibi che ſi mollificano dal caldo, & dall'humido.

Il vẽtre anco ſi mollifica da tutti quelli cibi che ſi mollificano dal caldo, & dall'humido, & che nettano le parti doue ſi fermano, & che per la maggior parte non ſi diuidono, ma ſtanno vniti in ſe ſteſſi, com'è l'orzata, la quale quanto più è lenta, tanto più facilmente eſce per il ventre, come dice Ariſtotile nella 21. ſettione de' problemi, & come anco ſono le vltime parti de gli animali, & la malua, & ſimili altre coſe, ſi come di ſopra hauemo detto, ſecondo la mente di Galeno.

Come l'orzata lubrica il ventre, & in qual modo.

Come li piedi de gli animali, & la malua lubricano il ventre.

Che li cibi, che s'induriſcono al caldo, & a l'humido ſtringono il vẽtre.

Per il contrario ſtringono quelli cibi, che s'induriſcono per il caldo, & per l'humido, come ſono i fegati de gli animali, & in particulare quelli che hanno ſecco in ſe, & maßime quello del boue.

Che li cibi che preſi in gran quãtità non empiono il ventre, lo lubricano.

Quei cibi poi, che ancor che, ſiano preſi in gran quantità, non empiono però troppo il ventre, mollificano ſommamente il corpo, poi che ſe non vi fuſſe mai altra cauſa, almeno con la ſua copia ſe nè vanno al baſſo, & mouono il corpo.

Come li cibi ſalati lubricano il ventre, & il bere ſalato prouoca l'orina, & ſtittica il vẽtre.

Lubricano anco il corpo i cibi ſalati, & che partecipano molto del ſale, pur che ſiano preſi in mezo al mangiare, & non in mezo al bere, perche il bere ſalato, per eſſer ſottile, paſſa nelle vene; però hauendo facoltà di eßiccare, eßicca le fecci, & ſtringe il ventre: ma li cibi ſalati non potendo paſſare per la loro corpulenza alle vene, caſcano a gl'inteſtini, & con la loro ſalſa qualità ſtimulano la natura, & mouono il ventre. Onde Hippocrate nel libro de l'aria, & dell'acqua, ſcriue, che quelli che dicono, che le acque ſalate paſſano per il ventre, & lo ſoluono, dicono il falſo, ma fanno queſto errore per poca eſperienza, poi che ſono molto contrarie a far queſto effetto, perche ſono crude, & non ſi poſſono cuocere, onde non ſolo non lubricano il ventre, ma più preſto lo ſtringono. Nel ſecondo poi della dieta dice, che li ſalumi eßiccano, & aſſottigliano, & per la maggior parte mouono leggiermente il corpo: & poco dopoi dice che le carni ſalate danno poco nutrimento per eſſer priuate de l'humido naturale dal ſale, nondimeno attenuano, & eßiccano notabilmente, & mouono il corpo aſſai euidentemente, & nel libro περὶ παθῶν *dice che li cibi ſalati mouono il ventre, & l'orina: & queſto tutto dice Hippocrate; da le quali coſe ſi può conoſcere, che le beuande ſalate ſtringono il ventre, & li cibi ſalati lo prouocano.*

Come l'acque ſalate non lubricano il ventre, ma più preſto lo ſtringono.

Li cibi domestichi lubricano più che li seluaggi, & per qual causa.

Bisogna anco sapere, che tutti li cibi domestici, parlando in generale, tanto de gli animali, quanto delle piante, aiutano più a lubricar il ventre, che li saluatichi, poi che quelli sono più humidi, & questi più secchi.

Quali sono l'herbe che prouocano l'orina, & quali quelle che lubricano il ventre.

Oltra di ciò tutte l'herbe seluaggie che hanno vn poco d'odore, & che sono calde alla bocca, prouocano più presto l'orina che'l ventre: per il contrario l'herbe humide, fredde, insipide, & di poco odore, prouocano più presto il ventre che l'orina. Et di più tutte l'herbe, che di natura hanno in se grandissima humidità, se insieme ancora hanno

Come questo accade.

del caldo, ò dell'acre, lubricano il ventre. Et questo accade, perche, ò nel morsicar con la sua acrimonia, ò nel mouer con la sua calidità, con l'aiuto poi de l'humidità, che sempre è congionta con la sua sostanza, lauando il ventre, lo prouocano con grandissima facilità, tanto più perche essendo grosse di sostanza, non possono penetrare altroue, onde

Come l'herbe che lubricano si deuono pigliar tepide, & bene intenerite.

poi il ventre nè resta stittico, ma bisogna darle tepide, & bene intenerite, perche a questo modo sono più atte a lubricar il ventre. Bisogna

Qual virtù habbiano le cose acerbe, & austere.

anco sapere, che tutte le cose acerbe, & austere fanno il ventre stittico, le acri poi, & odorate si cacciano ben fuori per l'orina, ma se sono secche alla bocca, tutte essiccano, & stringono il ventre. Li cibi poi li quali, mentre che sono seccati dal caldo, si conuertono in flato, & che hanno

La qualità d'alcuni cibi che stringono il ventre.

la facoltà astringente, & che sono condensati dal caldo, & che appresso sono secchi, & friabili, cioè frangibili, & che di fuori estenuano, ma di poi presi di dentro, fanno che il corpo si gonfia, non lubricano mai il ventre, ma lo fermano.

Vn'altra qualità di cibi che stituicano il ventre.

Quelli poi che si pigliano crudi, senza esser alterati dal fuoco, quando sono cotti, se ritengono il suo calore secco, fermano il ventre, più che se fussero crudi, poi che l'humore se gli leua dal fuoco, & il grasso (se pur ne hanno) si liquesa, & si consuma: entrando adunque nello stomaco, tirano a se l'humore che in esso si troua, onde poi gli orificij delle

Ciò che si deue fare per accõmodar questi cibi, accio faccino il ventre lubrico.

vene si chiudono, tal che l'humidità che suole lubricar il ventre, non può passar alla sua strada, & il ventre resta stittico. Però acciò che nè quelli, nè questi facciano tal effetto, bisogna humettar quelli che sono secchi, & contemperar con qualche humore i salati, acciò che non essicchino, tal che siano come cotti allesso, & di più contemperare gli amari, & gli acri con li dolci, & gli astringenti con li grassi.

Che si come il riposo dopo il cibo stittica il ventre, così il moto lo lubrica. Ma bisogna che il corpo stia dritto, & per qual causa.

E' anco d'auuertire, che, si come il ventre si fa stittico quando il corpo dopò pasto sta a riposo, così nel mouersi, ma moderatamente, si fa lubrico. Però bisogna che con questo moto il corpo sia dritto, acciò che

gli

gli escrementi solidi, che sono & nel ventricolo, & ne gl'intestini s'incaminino alle parti da basso, per poter poi facilmente uscir del corpo.

Oltra di questo chiunque vuol hauer il ventre lubrico, mentre che sta suegliato, ha da star più in piedi, che à sedere, & ha più da sedere che star colcato, & ha da guardarsi da quelle cose, che prouocano l'orina, et per qualità occulta, & per qualità notabile, & manifesta; saluo se riscaldandosi presto nel ventre, si liquefanno, & si corrompono, perche a questa maniera prouocano presto il ventre, altrimente il corpo si fa più stittico, perche passando à le reni, menano seco quelli humori, che per altra causa haueriano lubricato il ventre. Et per la medesima ragione bisogna guardarsi dal durar troppa fatica, & dal sudar troppo, & spesso, dal vegliar troppo, perche la vigilia essicca il corpo; ma dormir bene, & assai, purche però il sonno non passi li debiti termini, perche si sa che'l sonno humetta. Non si deue differir l'andar à letto, quando glie ne vien voglia, & la natura lo richiede, nè manco si deue sforzar di star suegliato, perche quello che tarda vn pezzo ad andarui, leua la consuetudine de la natura, & quello che si sforza poi di non andarui, empie il ventre di flati, perturba, & confonde tutte le feccie; onde poi ne suol seguire gran lesione al capo. Bisogna anco, che l'huomo si guardi di natare, nè di andar à la stufa troppo spesso, perche à questo modo si consuma l'humore che serue per lubricare il corpo; il che si può conoscer manifestamente dal cascar che fa la carne ne i membri nostri dopo tal'effetto. Bisogna anco schifar il vento di tramontana, ma non già l'austro d'inuernata, perche quello indura il ventre, & questo l'humetta. Non deue mai vomitare, nè manco purgarsi spesso, & non usar clisteri, senon di raro; & questi hanno da esser & grassi, & fatti con molto oglio.

Quãdo non si dorme, il ventre si fa lubrico per star piu in piedi, che à sedere, & per sedere piu che à star colcato.

Come le cose, che prouocano l'orina, stitticano il ventre. Et se pur alcune lo soluono, quali sono, & in qual modo fanno questo effetto:

Come l'affaticarsi, il sudare, & il vegliar troppo stitica il ventre:

Il dãno che segue per star troppo ad andare à letto.

Come il bagno, & il vento di tramontana stittica il ventre.

Ma non già l'Austro, che l'humetta.

Come il vomito, le purgationi, & li clisteri stitticano, & come hãno da esser quelli che lubricano.

Finalmente si come il ventre alle volte si stringe, ancorche sia solito ad esser lubrico, quando l'huomo da se stesso si ritiene, & per il contrario si moue, ancor contra il suo solito, se si aiuta, per far il suo seruitio; cosi quãdo l'huomo si sarà ogni giorno ben ristorato, & si metta ad inuitar il corpo per hauer la debita euacuatione, gioua infinitamẽte per lubricarlo; percioche essendo la natura stimulata tãte volte à scaricarsi, poiche il corpo è ben pieno, non può far che qualche volta nõ sia obediente, & che poi non si assuefaccia à far spesso spontaneamente la debita euacuatione.

Come il ventre si stringe, quando l'huomo da se si ritiene, & si moue quando si ponta.

Che l'huomo stitico si deue sforzar ogni giorno d'alleggerir il ventre, & il beneficio che ne segue.

Colui adunque, che desidera hauer il ventre lubrico, oltra che ha da osseruar le regole che hauemo detto: ha la mattina subito che s'è leuato di letto, da porsi à sedere à la banchetta, & iui star tanto, che passi vn quarto, ò

Quando l'huomo deue star à la banchetta, & per quãto tempo, & quanto sforzarsi.

to, ò vn quinto d'hora, con far vn poco di pontamento, perche il troppo nuoce, & non bisogna starui più tempo, perche la natura si diuertisce da quella operatione, & si scorda di scaricarsi di quel peso; & se si ponterà forte, & non leggiermente, le vene interiori del capo si gonfiano tanto, che col frequente, & spesso pontamento sono sforzate à mandar à le caustà del ceruello vna certa acqua in forma di sudore, per la qual poi l'huomo si fa soggetto hora à dolor di capo, hora à vertigine, hora à l'epilepsia, hora à catarri, hor' à podagra, secondo che l'acqua più, & meno si rittene nel corpo: però bisogna, che l'huomo, poiche ha dormito il suo douere, tenti d'hauer beneficio del corpo, nè con gran forza, nè con molto tempo, ma leggiermente, & presto; & poi tornato à casa far il medesimo inanzi pranzo, acciò che si euacui quella materia, che è restata de l'euacuatione de la mattina, che suol esser piu copiosa. Et il medesimo farà poco inanzi che ceni, per euacuar quelle poche reliquie di escrementi, che si può pensare che siano stati cacciati al basso de gl'intestini dal nuouo cibo preso al pranzo; il che si può conoscere da la grauezza che si sente ne i lombi, & nel fondo del ventre: & se pur vi resterà qualche cosa che sia di peso & à i lombi, & al fondo del ventre, potrà sforzarsi di cacciarlo fuori anco dopo cena.

Il danno che seguita per il pontarsi forte.

Quante volte, & quando deue vno sforzarsi di hauer il beneficio del corpo.

Et se intanto il ventre non manda fuori alcuno escremento, si potrà far mettere vn clistero d'oncie dieci, ò più, ò meno di oglio, ò di buturo, si come à basso meglio si dirà, la mattina, ò la sera inanzi il cibo: & questo farà ogni giorno, sin tanto che'l ventre spontaneamente si moua.

Quãdo, & in qual modo si hanno da vsar cliteri.

Talche quando l'huomo sarà essercitato à questo modo, se il ventre non euacuerà quattro volte tra'l giorno, & la notte; (il che saria meglio, come dice Hippocrate nel secondo de' Pronost.) lo farà certo tre, & per il meno due. Et se potrà hauer tal fauore dalla natura, potrà senza danno mangiar qual si voglia sorte di cibo, che sia in vso in questa Città, perche niuno si fermerà troppo nel ventre, si assicurerà di non patir infiammatione di petto, & di polmone, febre ardente, & massime nessuno di quei mali, che da gli antichi erano chiamati acuti (come dice Hippocrate) & in somma sarà quasi certo di godere vna perfetta sanità, in quanto però a quella che si può sperare per la regola di viuere, & insieme hauerà l'habitudine temperata, & mediocre, il corpo vigoroso, & il color bello, secondo la sua complessione, perche nè il capo, nè tutto il corpo s'empiranno di vapori stercorosi, il che accade quando il ventre è stitico, nè meno la pelle s'imbratterà di simil colore, il quale per la maggior parte è ò pallido, ò giallo, nè di quelle pustole che vengono fuori della pelle per simil causa, le quali poi

Qnante volte il giorno è bene, ch' il ventre euacui.

In qual modo l'huomo puo esser sicuro d'esser sano.

Come l'huomo si fa temperato, & bello.

Nota il danno, che seguita da la ritentione de lo sterco.

nel

nel morder che fanno, causano quel rossore. Vi aggiungo anco che costui haurà perpetuamente li sentimenti vigorosi, secondo però che comporterà l'età sua, poi che se il ventre sarà ben scaricato, ò perche non manderà nessun vapore cattiuo alla testa, ò perche tirarà à se & dal capo, & da tutto'l corpo quello che potrà tirare, per esser vacuo, tutti gli organi de' sentimenti, & massime quelli del vedere, & del vdire si purgheranno di maniera, che faranno benissimo l'officio loro, & appresso l'huomo sarà agile, & pronto in ogni sorte d'esercitio. In somma si può veramente conchiudere, che quanto più il ventre è pieno, tanto più empie il capo, & offusca tutti li sentimenti, & quanto più ogni giorno si euacua, ma moderatamente, tanto più il capo si purga, & li sentimenti si purificano.

Quando li sentimenti sono vigorosi.

Come il ventre pieno empie la testa, & offusca li sentimenti.

De li semi simili al frumento, & de' legumi. Cap. 11.

QVESTE *cose sono dette in generale: hora mi pare che sia conueniente dir qualche cosa in particolare, & prima trattare, ò in tutto, ò in parte di quei cibi, che sogliono lubricare il ventre, & poi in consequentia di alcuni di quelli che l'astringono, acciò che, saputi che saranno, l'huomo li possa più facilmente fuggire, vltimamente si tratterà con qual ordine l'huomo se ne potrà seruire.*

Del succo d'orzo.

TRA *li semi simili al frumento il succo d'orzo preso inanzi cibo lubrica il ventre, perche l'orzo ha non sò che del purgatiuo per l'humor che si contiene dentro della scorza, & in segno di ciò, se sarà cotto con la scorza, purghera, ma se sarà leuata la scorza, rinfrescherà ben alquanto più, ma fermerà il ventre.*

Come il succo d'orzo purga il ventre, & per qual causa.

Come l'orzo cotto senza scorza ferma il ventre, ma rinfresca più.

Dell'orzata.

L'ORZATA, *la qual hoggidì si fa ordinariamente d'orzo cotto prima nell'acqua, & poi passato per il settaccio, si condisce col brodo, & col Zuccaro; forse lubrica manco il ventre che la maggior parte non si pensa, perche nel farla a questo modo, si leua da l'orzo la maggior*

Come si fa l'orzata, & come fa il ventre sfittico.

maggior parte de la virtù aſterſiua, & purgatiua, & vi ſi laſcia quella che più eſſicca.

Del pane d'orzo.

Come il pane d'orzo ſtittica, & lubrica il ventre.

COSI ancora il pane fatto de la pura, & ſincera farina di orzo ſi può dir, che hà la medeſima virtù; ma non già, ſe ſarà compoſto con la ſemola; perche la ſoſtanza purgatiua parte ſi conſuma da la maci natura, & parte ſi riſolue dal ſetaccio, che ſepara le ſcorze da la farina.

Del farro d'orzo.

Come il farro d'orzo lubrica il ventre.

L'ORZO mezo rotto, chiamato volgarmente farro d'orzo, ſe ſarà cotto con diligenza ò in acqua, ò in brodo, ſi come ritiene la virtù purgatiua, per non eſſer ancora intieramente ſeparato da quella ſua ſottil ſcorza, coſi più al ſicuro, & più facilmente lubricherà il ventre, che non fa l'orzata, ò il ſuo pane detto di ſopra.

De le farine.

Come le farine lubricano il ventre. Il danno, che portano le farine in qualunque modo fritte, & in qual modo nuocciono.

LE farine preſe col latte, per cauſa del ſiero, hãno piu del lubrico, che ſe ſarãno preſe con acqua. Ma quelle, che ſono cotte, ò fritte con mele, ò con oglio, tutte ſono calde, prouocano rotti, & non paſſano per il ventre: & queſto è, perche eſſendo di gran nutrimento, ſono ritenute molto da la natura, prouocano poi li rotti, ò perche fermandoſi lungo tempo nel ventricolo, & gonfiate dal calor naturale in forma di veſiche, mandano fuori da la bocca quel ſuono che ſi chiama rotto, ò perche mentre che il ventricolo cerca di cacciarle fuori, non potendole cacciar à baſſo, per eſſer molto attaccate à le ſue tuniche, muoue il fiato in forma di rotti. Sono poi calde, perche, ſe bene il mele, & l'oglio ſi meſcolano facilmente inſieme, non per queſto ſi cuocono facilmente inſieme; ma ſi come queſto ha biſogno d'vna cottura, & quello d'vn'altra, coſi è neceſſario, che il calor naturale, mentre che li cuoce ambidui, ſi affatichi, & ſia feruente fuor di modo: & per queſto ſi poſſono chiamar focoſe, & calde.

Come cauſano rotti.

Come ſono calde.

Che l'oglio, & il mele non ſi cuocono facilmente inſieme.

Del pane di tutta la farina.

Nota la differenza, che è tra vn pane, & l'altro.

PER la qual coſa ancorche il pane compoſto con tutta la farina eſſicchi, non dimeno eſce piu facilmente per il ventre, che non fa quello

che

che è fatto con la farina sincera; & però quello che si fa col fior de la farina, è piu astringente, & piu ancora, se sarà senza lieuito, & anco piu se sarà abbrusciato; & l'istessa virtù s'accresce, se sarà cotto due volte.

Del pane in commune.

IL pane fermentato, per parlar in vniuersale, che non sia nè duro, nè secco, ma fresco; è leggiero, & facilmente si smaltisce: ma se sarà fatto senza lieuito, non si smaltisce cosi facilmente; è però di maggior nutrimento. Quello è leggiero, perche l'humor suo, che è graue, si diffonde alla sua superficie per virtù de l'acrimonia del lieuito; il che si può conoscere dal gonfiar che fa, & poi nel cuocerlo si consuma dal fuoco. Si smaltisce poi, perche si come si cuoce piu presto, che quello che non ha in se lieuito, cosi anco si corrompe, & si putrefa piu presto; onde poi la natura è stimulata à scaricarsi piu presto: oltra che per il lieuito ha in se vn certo piccol lentore, per mezo del quale netta, & purga il ventricolo, & gl'intestini; doue che quello che non è fatto col lieuito, quanto piu è viscoso, (poiche la sua viscosità è simile alla colla, per esser composto d'acqua, & di farina semplice) tanto piu s'attacca, causa obstruttione, & ferma il ventre. Ma se alcuno mangiarà il pane fermentato caldo, contra il suo solito, conoscerà, che molto tardi scenderà à basso, & stringerà il ventre, come dice Hippocrate nel secondo de gli acuti.

Nota le qualità del pane in commune.

Come il pane senza fermento è di maggior nutrimẽto, ma piu graue.

Come il pane fermentato si cuoce più presto.

Onde seguitano l'altre buone qualità del pane.

Il danno, che porta il pane non fermentato.

Il danno, che porta il pane caldo.

De le frittelle.

LE frittelle, che si fanno di farina di frumento, composta con molta acqua, & poi cotte con oglio, sono di succo grosso, & stringono il ventre, non solo perche non hanno in se lieuito alcuno, ma anco perche sono fritte, & li cibi fritti passano con difficultà, & stringono il ventre, come accenna Galeno nel secondo, & terzo de gli alimenti.

Effetto de le frittelle.

Qualità delli cibi fritti.

De l'Amido.

L'AMIDO fatto ò di frumento, ò d'orzo, leua l'asprezza de le fauci, essicca, non scalda, non lubrica il ventre, ma più tosto lo stringe, come dice Plinio, & Auicenna: & questo è, perche essendo fatto con mutargli spesso l'acqua, & con leuargli la semola, & la scorza, quella parte, che in simili sorti di grani ha maggior virtù di purgare, si suanisce, & quella che ne ha manco, resta.

La natura de l'amido, & come stringe il ventre, & per che.

Del farro.

Qual cosa sia il farro.

QVELLO, che hoggidì volgarmente si chiama farro, non si sa ancora di certo, se è il farro de gli antichi; ma pare à tutti, che

La qualità del farro.

sia spetie di Zea. Se così è, con tutta la sua facoltà starà in mezo tra la virtù del frumento, & quella dell'orzo, & non haurà niente dell'astrittino, come dice Galeno nel sesto de' semplici medicamenti.

Del miglio.

La qualità del miglio.

IL miglio nutrisce poco, si cuoce con difficultà, ferma il ventre, & prouoca l'orina, come accenna Dioscoride.

Del Riso.

La qualità del riso.

OGN'VNO sà, che il riso è molto più stittico, che il miglio.

Delli legumi.

Nota la differẽza che è delle faue nella sua virtu.

LE faue, secondo l'opinione d'vno di grande autorità, fermano il ventre; ma Galeno nel primo de gli alimenti dice, che, per essere astersiue, passano assai presto; talche essendoui questa differenza, è me-

Come le faue strin gono il ventre, & come ciò si conosce.

glio lasciarle, che mangiarne. Alcuni prouano, che stringono il ventre, perchè, quando sono ben cotte nel ventricolo, passano tutte in nutrimento, come si conosce da quelli, che ne mangiano assai, li quali si empiono tanto di carne, che pare che siano grassi; onde conchiudono, che se si conuertono per la maggior parte in nutrimento, non è poi possibile, che generino

Come li cibi inflatui stringono il ventre.

tanto escremento, che possano far il ventre facilmente lubrico. Vi aggiungono anco, che sono molto inflatiue: & queste cose tali, come di sopra habbiamo detto, fermano il ventre. Che siano inflatiue, si proua per la com-

Come le faue sono inflatiue.

mune natura di tutti i legumi, li quali per esser semi, hanno in se molta copia di spiriti, che generano poi molto flato; & tanto più, perche quando son'entrate nel ventre, non lasciano, che gli altri cibi presi dopo loro, siano tirati alle vene, poiche si attaccano molto à quelli cibi, che toccano:

Come le faue gonfiano, & empiono il corpo.

così si chiudono la via da se stesse di non passar più oltre; & à questo modo empiono il corpo, gonfiano, & non escono per la via de gli altri escrementi.

De li Piſelli.

LI Piſelli gonfiano manco che le faue; ma quanto più ſono eſcrementoſi, perche danno pochiſſimo nutrimento, come fanno anco le faue; tanto più facilmente douerebbono lubricar il corpo, ſe Galeno non foſſe di contraria opinione, il quale, nel primo de gli alimenti, dice che quanto manco li piſelli hanno dell'aſtergente, tanto più tardi ſono à paſſar per il ventre.

Come li piſelli gõfiano manco delle faue.

Nota che Galeno dice che li piſelli ſono tardi a paſſar per il ventre.

Delli fagioli.

LI fagioli, li quali, ſecondo alcuni, ſono li dolichi, gonfiano manco, che li piſelli, come alcuni vogliono, & lubricano più il ventre; & tanto più, quando ſi mangiano verdi, come ſi fa l'eſtate, conditi con oglio, ſale, & aceto; perche quanto più ſono humidi, tanto più facilmente eſcono.

La qualità delli fagioli, & come lubricano il vẽtre.

Come ſi mangiano l'eſtate.

De li ceci.

IL Cece bianco pigliato col brodo prouoca l'orina, per la dolcezza che ha in ſe, & per eſſer molto più ſalato, che dolce; prouoca il ventre, poiche per la dolcezza ſua ſi ſpande più in diuerſe parti, & la ſalſedine ſi ritiene con la ſoſtanza corpulenta; onde per fermarſi con vna coſa più groſſa, & per ſtar nel ventre, è poi cauſa de la ſua lubricità. La parte dolce poi meſcolandoſi con gli humori più ſottili, paſſa alle vene, & prouoca l'orina. Li bianchi ſono più ſicuri che li negri, li quali con la lor acrimonia offendono le reni, & la veſica exulcerata.

In qual modo li ceci prouocano l'orina, & il ventre.

Come li ceci bianchi ſono più ſicuri che li neri, & in qual modo.

Delle lenti.

LE lenti ſi ſogliono cuocer più d'vna volta con l'oglio, & col ſale. Il primo decotto, ſecondo alcuni, muoue il corpo: il ſecondo lo ſtringe. Ma quanto à la ſua ſoſtanza, quando ſono cotte alleſſo, ogn'vno può facilmente giudicare, ſe ſtringono, ò ſe lubricano.

Le lenti ſi cuocono più d'vna volta, & come.

La differenza, che è tra il primo decotto, & il ſecondo.

Delli lupini.

LI lupini hanno del forte, & del caldo, come dice vn'huomo di grande autorità; ma ſe ſono preparati, ſi fanno più leggieri, & più fred

La qualità delli lupini.

Come si fanno leggieri.

di, & escono facilmente per il ventre. Ma Galeno nel primo de gli alimenti dice, che la lor sostanza è dura, & terrestre, & che per questo si cuocono con difficultà, & anco generano humori grossi: & di più, dice che non sono vtili nè à lubricar il ventre, nè manco à fermarlo, come sono le cose astringenti, ma che sono tardi à scendere, & con difficultà passano, et escono per il ventre. Ma io lascio giudicar à quelli, che habitano in luoghi, doue non si mangia quasi altro, che lupini, quali di loro dice il vero.

Cio che dice Galeno delli lupini.

De le carni. Cap. III.

Come tutte le carni scaldano: ma alcune humettano, alcune essiccano.

TVTTE le carni, tanto secche, quanto humide, scaldano: quelle che hanno più del secco, scaldano, & essiccano insieme; & quelle che hanno più dell'humido, scaldano, & humettano, & appresso si smaltiscono meglio. Et benche la sua humidità si difonda per tutto il corpo, nondimeno ne resta anco parte nel ventre, la qual, poiche ha humettato lo stomaco, casca à gl'intestini, & esce per quella via. Ma le carni che sono troppo bollite, ò troppo arrostite, per hauer perso quasi tutto il suo humido naturale, si come possono dar poca forza al corpo, così le bollite sono vtili à lubricar il ventre; perche, se bene hãno perso il suo humido naturale, sono però humide per quell'humore acquistato dall'acqua nel bollire, doue che le troppo arrostite, per non hauer nè l'vna, nè l'altra humidità, fanno il corpo stittico. Ma quelle, che mediocremẽte sono arrostite, ò bollite, giouano anco mediocremẽte, & à dar fortezza al corpo, & à farlo lubrico. Le crude poi, cioè quelle che nõ son ben cotte, si come giouano à dar forza, così nõ giouano à lubricar il ventre, perche, si come cõ difficultà si cuociono, così anco si smaltiscono più tardi di quel che bisogna. Le grasse scaldano, & muouono il ventre. Le carni cõdite col vino nutriscono assai, ma per causa del vino essiccano, & fermano il ventre. Quelle che sono condite con l'aceto, non scaldano tanto, & nutriscono, ma stringono il ventre, se non hanno seco qualche cosa di guasto. Le carni salate nutriscono manco, estenuano, & essiccano, per esser priuate dell'humido dal sale, come hauemo detto, ma muouono il ventre, perche vi si fermano, & lo mordono, nè possono passar alle vene, come fanno l'acque salate, come hauemo detto.

Nota l'effetto de l'humidità de le carni.

Nota la qualità del le carni troppo cotte.

Nota la qualità de le carni mediocremente cotte.

Nota la qualità de le carni crude.

Nota la qualità de le carni grasse.

Nota la qualità de le carni cõdite col vino, ò con l'aceto.

Nota la qoalità delle carni salate.

Come le carni salate mooono il vẽtre, & non l'ottina.

La vaccina si fa d'vn'animale grosso, & di molto sangue, il quale se si deue conuertir in carne, bisogna che si stringa in se stesso, & di gran luogo che prima occupaua, ne occupi poco, che à questo modo si genera la carne, la qual poi, per esser grossa, & in molta quantità, si cuoce con difficultà,

La qualità de la carne vaccina.

tà, & poi, per esser grossa, non si smaltisce, ma se sarà ben frolla, & ben bollita, si cuoce assai bene nello stomaco, et anco esce facilmente per il ventre.

La carne di bufalo fresca, oltra che è ingrata al gusto, & con difficultà si cuoce, non solo mollifica il ventre, ma causa anco il flusso.

La qualità de la carne di bufalo è tra l'altre di mouer il ventre.

La carne di porco, perche quell'animale ha le vene sottili, & di poco sangue, ancorche generi flato, tanto bollita, quanto arrostita, come piace ad alcuni de gli antichi, nondimeno lubrica assai bene il corpo, perche il porco ha molta carne, & poco sangue, & è al contrario del bue, il quale ha molto, & grosso sangue, & poca carne, & poi anco dura; talche si come quella di porco si vince più facilmente per la sua leggierezza, & rarità, rispetto à quella del boue, così ancora più presto si corrompe, & si putrefa, & stimula all'escretione. Il medesimo si può dir ancora de la carne di porco seluaggio, eccetto che è più asciutta; & per questo coloro, la cui professione è lo star à riposo, la possono mangiar più sicuramente di quella del domestico. La carne di vitello, di capretto, & di agnello esce più facilmente per il ventre, perche gli animali gioueni hanno la carne più tenera, & hanno in se più sangue, & più humore, leuando però li porci piccioli, li quali hanno più humidità, ma manco sangue.

La qualità della carne di porco è leggiera, rara, & facilmẽte si corrompe, & lubrica il ventre.

Come il porco ha molta carne, & poco sangue, & è al contrario del boue.

La differenza, che è tra'l porco seluaggio, & il domestico.

Et a quali questa gioui più che l'altra.

La qualità della carne di vitello, di capretto, & di agnello.

La carne delli porchetti, & porchette è più graue, che non è quella de i porci grandi, poiche il porco ha poco sangue in se, & è di natura molto humido; & tanto più, quando è nato di fresco; talche in quel tempo, rispetto alla grandezza del corpo, comparato non solo al porco, ma anco à gli altri animali, ha molto manco sangue, che non ha quando è fatto grãde, come si può conoscere dalla biancheZZa de la sua carne, la quale è più densa, più graue, & più compatta, si come quella delli porci grandi è più rara, & più leggiera, come si potrà conoscer facilmente, se si peserà vna vgual misura dell'vna, & dell'altra, perche si trouerà con isperienza, che la carne del porco piccolo peserà molto più, che quella del grande.

Come li porci piccoli hanno più humidità, ma manco sangue.

La qualità della carne de' porchetti, & porchette.

La differenza, che è tra la carne de porci piccioli, & quella delli grãdi.

Questa carne adunque, poiche è entrata nel ventre, non essendo molto tirata da le vene per causa de la sua densità, (cosa che accade più à gli otiosi, che à quelli che fanno essercitio) & fermandosi nel ventricolo, riscalda il ventre, & non lo fa lubrico, ma più presto lo conturba, & è causa alle volte di quel male, che si dice da Greci χολέρα, il qual viene con gran flusso di ventre. Et per questo Hippocrate, nel quarto de gli acuti dice, che le carni de li porchetti sono cattiue, & massime se sono mal cotte, & arrostite d'intorno intorno, (che così pare che dica il testo appresso à Caluo) conturbano il ventre, & producono quel male, che si chiama Cholera, il qual si potria dir in Greco χολιρότιρα benche alcuni leggano χολόδια,

L'effetto, che fa la carne de' porci piccoli nel corpo humido.

λόδια, il che moſtra, che quel luogo è molto ſcorretto.

La qualità de la carne di lepre.

La carne di lepre è ſecca, & ferma il ventre, & ſtimula in certo modo la natura à prouocar l'orina.

La qualità de la carne di capriolo.

La carne di capriolo quanto manco è ſecca, & più tenera, tanto più facilmente ſi cuoce, & anco forſe ſi ſmaltiſce.

La differenza, che è tra la carne de maſchi, & de le femine.

La qualità de la carne di caſtrato.

La carne di tutti li maſchi caſtrati, paragonati à le femine de la ſua ſpetie, è più humida di quella de gl'interi: non ſi ſa però ancora, ſe faccia il ventre più lubrico: ma quella che volgarmente ſi chiama di caſtrato, che ſi nutriſce in luoghi ſecchi, ſi come è manco humida, coſi ha migliore, & più ſoaue odore: ma ſe ſarà nutrito in luogo humido, è ben'alquanto più humida, ma è anco di non ſoaue odore, & ſapore. Et però quella ſorte di carne in Spagna, & in altri ſimili paeſi è di più nutrimento, & anco più ſaporita; ma à Roma, perche è luogo humido, nutriſce manco, & è manco ſaporita; eccetto però, ſe li caſtrati ſaranno nutriti altroue in buon luogo, & che ſubito giunti à Roma s'amazzino: talche quelle ſono più atte à nutrire, ma non à lubricare il corpo: queſte per il contrario nutriſcono manco, ma forſe poi, per eſſer tanto humide, più facilmente lubricano il ventre.

Come, & perche in ſpagna li caſtrati ſono migliori, & più ſaporiti, & in Roma non ſono tanto ſaporiti.

La differenza, che è tra l'vn caſtrato, & l'altro per lubricar il ventre.

Come le carni di vccelli fermano il ventre.

Nota che queſti vccelli ſono di dano a i ricchi.

In qual modo gli portuno poco dano.

Tutte le carni d'vccelli, per eſſer ſecche, fermano il ventre: (leuate però quelle de gli vccelli che viuono ne l'acqua) il che è cauſa di molti mali alli ricchi, li quali di continuo mangiano più di queſti, che de gli altri cibi. Tuttauia quàdo ſtanno tanto tempo morti, che ſi fanno ben frolli, perche facilmente ſi cuociono, preſto ancora ſi ſmaltiſcono; poiche è verisimile, che tutte quelle coſe, che facilmente ſi cuociono, facilmente ancora ſi alterano, & ſi mutano in altra forma; & tutte le coſe ſimili facilmente ancora fanno il corpo molle, ſenon per altro, almeno perche facilmente ſi putrefanno; poiche ſubito che vna coſa è putrefatta, morde il ventre con la ſua acrimonia, & ſtimula la natura all'eſpulſione: di tal ſorte è la carne di gallina, di fagiano, di pernice, & ſimili altre carni.

Come li cibi, che facilmente ſi cuocono, lubricano il ventre.

L'vtile che portano l'eſtreme parti de gli animali quadrupedi, & in qual modo ſegue queſto effetto.

L'eſtreme parti de gli animali di quattro piedi, cioè grugni, orecchie, & piedi ſi ſmaltiſcono facilmente, (ſi come di ſopra hauemo detto, di mente di Galeno nel terzo de gli alimenti) perche partecipano di quel lentore, il qual però non è tanto, che ſi attacchi troppo oſtinatamente al corpo; talche quando ſi ſono accoſtati à gli eſcrementi del ventre, & de gl'inteſtini, & alterati dal calor naturale, ſi ritirano in ſe ſteſſi, come fa la terebentina, quando è cotta ne l'acqua calda; tirano à ſe gli eſcrementi, & eccitano le parti, doue ſono attaccati: la qual'attione è anco aiutata dalla natura, che cerca di cacciar da ſe quelli eſcrementi, che la moleſtano; tal

che

che essendo poi il tutto congiunto insieme, escono fuori per il ventre più presto di quello, che l'huomo forse non si pensa.

Delle cartilagini.

Le cartilagini de gli animali gioueni, oltra che sogliono eccitar l'appetito à qualch'uno, passano facilmente per il ventre, per causa di quel suo lentore.

La qualità de le cartilagini de gli animali giouani.

Del ceruello.

Per il contrario il ceruello, & massime de' quadrupedi, suol nuocer à quelli, che non hanno alcuno appetito: è di grossa sostanza, si cuoce con difficoltà, & molto tarda à passar per le vene, & per il ventre: ma quello de gli vccelli quanto più è duro del ceruello de' quadrupedi, tanto è migliore, come dice Galeno nel terzo de gli alimenti; non gioua però niente di più, per conto de l'espulsione al ventre.

La qualità del ceruello, & massime delli quadrupedi. Come il ceruello de gli vccelli è meglior, che non è quello de quadrupedi.

De la midolla de gli ossi, & del cuore.

La midolla de gli ossi, si come è più soaue del ceruello, così anco può lubricar il ventre per la sua grassezza: per il contrario il cuore passa tardi, perche è duro, & fibroso.

La qualità de la midolla de gli ossi, & del cuore.

Del fegato.

Il fegato di tutti gli animali perche si fa più denso, & più solido dal caldo, & da l'humido, & l'istesso effetto seguita dall' alteratione che si fa dal nostro calore, si come di sopra ho detto, si vince con difficoltà, & tardi passa à basso: nondimeno il fegato de l'oca nutrita di latte insieme con altri cibi (si come dice Galeno nel terzo de gli alimenti) non passa così tardi à basso, come anco si può credere che faccia quello de la gallina, & del cappone cotto sopra i carboni accesi: tanto che se l'huomo lo mangia, mentre che è tenero, & mezo sanguinoso, si liquefa facilissimamẽte in bocca.

La qualità del fegato.

La qualità del fegato de l'oca nutrita di latte.

La qualità del fegato della gallina, & del cappone.

De gl'intestini, matrici, ventricoli, & testicoli.

Gl'intestini, matrici, & ventricoli, quanto più eccedono in siccità, & durezza le altre parti, tanto più difficilmente scendono al basso: ma li testi-

La qualità de l'intestini, matrici, & ventricoli.

La qualità delli testicoli de' pollastri.

testicoli de' pollastri, & massime quando sono nutriti di latte composto cõ altri cibi, ancorche siano di buon nutrimento, & facili da cuocere, non giouano però, nè nocciono alla deiettione, come dice Galeno nel terzo de gli alimenti.

Del sangue.

Nota ciò che dice del sangue.

Il sangue di gallina, & di polli, & di porci communemente si suol mãgiare, & quello di lepre anco è lodato da Galeno; & quando se ne prende in molta copia, suole mouer ad alcuni il ventre: ma perche s'indurisce dal caldo, & da l'humido, come fa anco il fegato, onde più presto astringe che altrimenti, bisogna conchiuder, che ha piu presto contraria

Come il sangue stringe, & come lubrica il ventre.

virtù: & se dal mangiar suo ne seguita lubricità di ventre, questo è, per che se ne piglia in troppo quantità.

Del latte, capo di latte, butiro, & ricotta.

La qualità del latte.

Il latte quanto più è liquido, tanto più muoue, & quanto più è grosso, tanto meno muoue il ventre, (come dice Galeno nel terzo de gli alimenti) perche ferma il ventre con la sua sostanza grossa, de la quale si fa il

La differenza tra'l latte di capra, di vacca, & di pecora.

cascio; ma per la facoltà del siero lo muoue: & per questo il latte di capra passa più facilmente al basso per il ventre, quello di vacca manco, quello di pecora lo ferma.

La qualità del capo di latte.

Il capo di latte se è ben grasso, si come mollifica più il

La qualità del butiro.

ventre, così offende manco il capo. Il botiro poi, quando se ne piglia in abondanza, purche non faccia nausea, è molto vtile à lubricar il ventre, come è anco l'oglio.

La qualità de la ricotta.

La ricotta, se si ferma nelle fauci, & nel ventricolo, dà qualche molestia, si cuoce con difficultà, graua il capo, non mollifica il ventre, anzi quanto manco è fresca, tanto più l'astringe.

Del cascio.

La qualità del cascio.

Il cascio fresco senza sale, secondo Dioscoride, mollifica leggiermente il ventre: nondimeno vedendo, che quanto più si cuoce al fuoco, tanto

Dubio, che si può far sopra il cascio.

più si condensa; si può dubitare, che non ne segua il medesimo effetto dal calor de l'animale, (ancorche alle volte liquefaccia molte cose che non può liquefar il foco) & che più presto astringa, che mollifichi; tanto più essendo detto d'Hippocrate nel quarto de gli acuti, (come iui Galeno espone) che è cibo crudo, & duro da cuocere, & che causa astrittione; perche le-

uato

nato il siero, che fa quell'effetto, si condensa dal quaglio in vna sostanza solida. Ma se pur alle volte mollifica il ventre, fa questo effetto non per se stesso, ma per esser ben cõposto con altre cose, la cui siccità, & fragilità cõgiunte col suo lentore, fanno poi l'effetto di lubricar il ventre. Però secõdo la mia opinione, colui farà manco errore, il quale mangierà il cascio non dopò pasto (come quasi tutti fanno) ma in mezo il pasto, componendolo cõ gli altri cibi ò prima ò mẽtre che si mãgia, ma però in poca quãtità; poiche quando si piglia in vltimo, non penetra ne i cibi, che sono presi prima; & ancorche se gli beua appresso, non si può però cosi ben liquefare nè dal vino, nè da l'acqua, che possa penetrar tutto il cibo, in modo che con esso si faccia buona mistura; ma più presto si ferma nella superficie di esso cibo, & iui sta crudo, & indigesto, si come si può conoscer da i rotti frequenti, & da gli sputi copiosi, che ascendono spesso dal ventricolo alla bocca.

Come il cascio può mollificare il ventre.

Come il cascio si deue mangiar fra pasto.

L'effetto, che segue dal cascio mãgiato in vltimo.

Come si conosce l'effetto del cascio preso dopo pasto.

De gli Oui.

Gli oui hanno non so che del gagliardo, nutriscono, & gonfiano: li sorbili, cioè mal cotti escono per il ventre più facilmente, che cotti in qualunque altro modo, si come insegna Galeno nel terzo de gli alimenti. Li duri stringono il ventre, & tanto più, se sono arrostiti. La gagliardia che hanno, nasce da questo, perche da essi si genera vn'animale: nutriscono poi, perche quell'animale si nutrisce dell'istesso ouo: gonfiano, perche se bene occupano poco luogo, si diffondono però, & si slargano in vna gran mole, come si vede manifestamente, quando sono bene sbattuti con qualche verghetta. Muouono il ventre, ma non in tutti, & solamente in quelli, ne i quali si corrompono, ò che non si cuocono bene; perche se si corrompono, si putrefanno ancora, & putrefatti morsicano, & stimulano la natura all'espulsione: quando poi non si cuociono bene, ritengono in se vn certo lentore, il quale se sarà poco, è molto vtile al lubricare il ventre: (si come hauemo detto di sopra, quando trattauamo di mente di Galeno della malua, & de li piedi de gli animali) se poi saranno ben cotti, nutriscono assai bene, ma il rosso spesso s'indurisce, & il bianco poco manco; onde quel lentore, per il quale si muoue il ventre, si perde affatto.

Tre qualità notabili che hanno gli oui.

Come li mal cotti escono più facilmente per il vẽtre che li ben cotti.

Come gli oui duri stringono il ventre.

La prima qualità de gli oui è la gagliardia, & come si conosce.

La seconda è che nutriscono, & in qual modo.

La terza è che gõfiano, & come questo segue.

A quali mouono il ventre, & come.

Come mouono il vẽtre se sono mal cotti.

Se sono ben cotti nutriscono assai, ma non mouono il ventre.

De li Pesci. Cap. IIII.

LI PESCI arrostiti nutriscono assai, ma passano con difficultà, si come dice Zenocrate. Quelli che sono cotti alesso, nutriscono man-

La differenza tra li pesci arrostiti, & bolliti.

co, ma ſcendono più facilmente à gl'inteſtini. Et per queſto Dioſcoride dice, che il brodo buono de li peſci freſchi, preſo da ſe, & col vino, muoue il ventre. Li peſci ſi cuociono ſemplicemente nell'aqua, con l'aggiunta de l'aneto, del ſale, & dell'oglio. Quelli che preſto ſi putrefanno, ſi come preſto acquiſtano acrimonia per la putredine, la quale ſtimula il ventre, coſi anco eſcono per il ventre più preſto.

Come ſi cuociono li peſci.
Quelli che preſto ſi corrompono lubricano meglio il corpo.

Li ſalati, ancorche eſsicchino, & attenuino, per la maggior parte però non ſono ſenza qualche humidità: & per queſto muouono alquanto il ventre, tanto più per il ſale, che ſtimula la natura all'eſpulſione. Similmente alcune de le parti ſue, come il capo, & il ventre, lubricano il corpo aſſai più facilmente, che non fa la ſchiena, & la coda.

Li peſci ancor che ſiano ſalati muouono però il corpo, & in qual modo.
Qual membro in particulare moue più il ventre.

Li polpi, & le ſepie, & ſimili altri peſci non ſono coſi leggieri, come paiono, nè manco paſſano per il ventre; & però quando ſono mangiati, grauano la viſta, ma li brodi loro muouono il ventre, per hauer vn poco di lentore.

La qualità delli polpi, & delle ſepie.

Le conchiglie, come ſono quelle, che à Venetia ſi chiamano aſture, li oguelli, le pantalene, li corneti, & le oſtriche ſono tutte ſecche, ma le loro humidità muouono il corpo, & molto più li muſcioli, le cappe ſante, & le telline fanno queſto effetto, & maſsime le ortiche, & gli altri peſci, che hanno la cartilagine.

La qualità delle nacare, oguelle, patelle, & oſtriche.
Delli muſcioli, cappe ſante, & ortiche.

Gli oui de' ricci, & li brodi delle locuſte, & de' gambari, & maſsime de' fiumi paſſano per il ventre, & inſieme prouocano l'orina.

La qualità delli oui de ricci, & de brodi delle locuſte, & de gambari.

Et coſi Galeno nel terzo de gli alimenti dice, che quelli, la cui coperta è ſimile à la pietra, hanno queſto di commune, che l'humore della carne ſua è ſalato, il qual muoue il ventre più & meno, ſecondo la ſua quantità, & qualità. La carne poi delle oſtriche, tra quelli che hanno la guſcia è teneriſsima. Ma poi le cappe chiamate ſopracelo, le vertebre, che in Sicilia ſi chiamano ſpondili, & le cappe lunghe, oguelle, & cornete, & altri ſimili l'hanno dura. Et per queſto ſi può con ragione dire, che le oſtriche muouono gagliardamente il ventre, ma danno poi debil nutrimento; & coſi quell'altre che ſono più dure, con più difficultà ſi cuociono, ma dãno poi più ſodo nutrimento.

La qualità delle oſtriche, delle cappe ſopracelo, delle vertebre, cappe lũghe, oguelle, & cornete.

Gli aſtaci, cioè leoni, granciporri, granci, gambari, & lumache di mare, & gambari d'acqua dolce, & altri ſimili, chiuſi in vna ſottil ſcorza, che ſi mettono tra quelli, che hanno la croſta, poiche ſono ſimili in durezza alli teſtacei, hanno in ſe molto manco humor ſalato, che li teſtacei; & per queſto la lor carne ferma il corpo, poiche ha laſciato quel poco di ſalato, che haueua, nell'acqua, dou'è bollita, la qual poi lubrica il ventre, poi-

La qualità de gli aſtaci, granciporri, grãci, gambari, & lumache.
Quali, & perche ſerrano il corpo con la carne.
Qual brodo lubrica il vẽtre, & qual inſieme prouoca l'orina.

che

che quel succo salato, che ha alquanto del lento, passa facilmente a quelle parti; ma se haurà alquanto più del sottile, prouocherà l'orina. Bisogna anco sapere, che la carne delle lumache è dura, & difficile da cuocere, si come dice Galeno nel terzo de gl'alimenti; ma il suo succo muoue il ventre: & però, accioche habbia più virtù di lubricar il corpo, alcuni la condiscono con oglio, garo, & vino. Le carni poi de le tartaruche, ancorche Galeno non l'habbia poste tra i cibi, nondimeno per hauer la coperta simile à la pietra, & per esser simile ancor nel resto à li testacei, bisogna dir che sono molto dure, & difficili da digerire; ma il brodo suo per hàuer vn poco di lentore, ordinariamente mollifica il ventre: & per questo si può dire, che non le carni sue, ma ben'il brodo giona à lubricar il ventre. In questo luogo non posso mancar, ch'io non auuertisca vna cosa, la qual sarà di molta vtilità alli sani, & molto più à gli amalati: che alcuno non dia da mangiare alli debboli, & massime di stomaco, le carni di lumache, di tartaruche, & d'altri simili animali; perche costoro non le possono cuocere senza qualche grande offesa: & in ciò fanno grande errore quelli medici, che le danno per ristoro a' tisici, & à gli ettici, fondati sopra l'autorità di Galeno nel terzo de gli alimenti, doue parla di questi animali; (la quale però non intendono) & per questo offendono fuor di modo li poueri amalati. Le parole sono queste. Noi solemo dar spesso questa sorte di carne à quelli, nel cui stomaco li cibi si corrompono, ò per gli humori cattiui, che sono corsi dal fegato allo stomaco, ò perquelli che si trouano iui ne le membrane, & tuniche sue. *Quelli medici adunque, che le danno alli tisici, per veder li sputi suoi guasti, & corrotti, con tutto che non vengano dallo stomaco, ma dal petto, le danno poi a gli ettici, ingannati da la similianza d'vna falsa ragione, perche hanno visto, che giouano notabilmente ad alcuni magri, & secchi, ma forti di stomaco, come sono alcuni molto caldi di complessione, colerici, magri, che fanno spesso li rotti puzzolenti, nel cui ventricolo li cibi leggieri si corrompono, & li grossi si cuociono bene; così poi si pensano, che debbiano giouar parimente a gli ettici, & quasi consumati; ma sono in grandissimo errore: li primi, per che pensano, che gli humori putridi, che sono nel petto, siano nello stomaco: li secondi poi, perche si affaticano di curar quelli, c'hanno lo stomaco debile, come se l'hauessero gagliardo.*

Nè bisogna, che questi si difendino con l'autorità di Dioscoride, il quale ha scritto, che li gambari delli fiumi, posti da costoro tra quelli, c'hanno la crosta, giouano alli tisici, perche per questa parola (come ben sanno

Come la carne delle lumache è dura, ma il brodo moue il ventre.

Come la carne della tartaruca è dura, ma il brodo moue il ventre.

Nota l'error di alcuni Medici, che danno la carne di tartaruche a i tisici.

Nota le parole di Galeno non intese da alcuni.

In qual modo questi Medici s'ingannano.

Quali sono quelli c'hanno bisogno della carne della tartaruca.

Doi errori si fanno in questa falsa opinione.

Come s'intende questa parola tisici.

quelli, c'hanno prattica della lingua greca) non solo s'intendono quelli che si struggono per hauer vlcerato il polmone, ma quelli che si consumano ancor per altra causa. Et però Dioscoride nõ da li gambari a quelli c'hanno lo stomaco debile, & che sono estenuati per l'vlcere del polmone, ma ad altri, che per altra causa si smagriscono; & forse intendeua di quelli, de' quali hauemo poco fa parlato, secõdo Galeno. Ma tanto basta per hora.

De le Radici. Cap. V.

L'effetto dell'aglio.

L'AGLIO *per la vehementia, & grandezza del suo spirito prima gonfia, & poi perche è molto caldo, dissipa il flato c'ha in se; & con questo se ne passa facilmente alla vesica, & anco al ventre. Nè è da marauigliarsi, che possa far & l'vno & l'altro effetto, perche ha qualche notobil possanza di lubricar il ventre, per il lentore c'ha in se; il che si conosce con l'isperienza, ancorche alcuni di grande autorità lo neghino. Muoue poi l'orina, per la sua acrimonia, che sta più fissa nell'humidità: & però quelli, ch'ogni giorno ne mangiano, si euacuano il corpo spesso, & in gran quantità, per l'vna & per l'altra via; cosa che non possono far li sparagi, & simili altre cose; ma debilita la vista.*

Come l'aglio lubrica il ventre, & prouoca l'orina.

Come l'aglio debilita la vista.

Come il porro è simile all'aglio.

Il porro, perche ha quasi le medesime facultà, c'ha l'aglio insieme con l'acrimonia, la qual resta nel ventre, parte con il succo, parte con la sostanza grossa, passa per la via del ventre, & dell'orina, non meno di quello, che faccia l'aglio; & è meglio cotto, che crudo, se bene Filotimo pensa, ch'il crudo si cuocia più facilmente, perche essendo più tenero, & più friabile, si disfa più facilmente in bocca.

La qualità della cipolla.

La cipolla non da quasi alcun nutrimento al corpo, & benche riscaldi, il suo succo però, per esser molto acre, & pungente, liquefa assai, & poco s'attacca a i membri; talche non da quasi alcun nutrimento, ma bene essicca notabilmente: questo però ha di buono, che eccita l'appetito ad alcuni, & poi ch'è entrata nello stomaco, stimulando la natura con l'acrimonia sua, passa per il ventre.

L'vtile che porta la cipolla.

L'effetto che fa il rafano pigliato inanti, & dopo pasto.

La differẽza che è tra Galeno, & Dioscoride del rafano.

La radice chiamata da alcuni rafano, si mangia inanti pasto, per muouer il ventre, come dice Galeno nel secondo de gli alimenti: Dioscoride però dice, che conforta il ventre, ma bisogna pigliarla dopò pasto, perche così è più vtile alla digestione; talche s'è pigliata inanti, inalza, & fa, ch'il cibo sta sopra di se. Il medesimo dice Auicenna, ma qual di loro dica meglio, non si può conoscere, senon con l'isperienza: ma ben la ragion vuole,

vuole, che se muoue il ventre, fa l'effetto, non perche mollifichi, ma perche aggraua, ò conturba, si come fanno la maggior parte de li medicamẽti, ò li cibi corrotti nel ventricolo.

In qual modo il rafano può mouer il ventre.

Bisogna anco saper, che le radici, & il seme del finocchio seluaggio, il qual per la grandezza è chiamato hippomaratro, ha più facoltà d'essiccar, che non ha il domestico, & per questo si può giudicar, ch'anco debba stringer il ventre, come dice Galeno.

La facultà del finochio seluaggio.

La rapa è calda, turba il corpo, humetta, prouoca l'orina, hora facilmente, hora con qualche dispiacer, ma nè muoue, nè ferma il ventre, si come dice Galeno nel secondo de gli alimenti. E' calda, perche è composta d'humor acre, & dolce; ma quello è nella scorza, & questo è nella polpa: & gia che la natura nostra si serue del caldo per instrumento à far le sue operationi, mentre che tira à se il dolce, che gli piace, & caccia da se l'acre, che gli dispiace, si come è forzata à voltarsi à queste operationi contrarie, & à straccarsi, cosi è necessario, ch'il suo calore si commuoua troppo, & s'infochi. Conturba poi il corpo, perche gonfia, & si cuoce con difficultà: humetta anco, si perche ha del succo assai, si anco perche se l'animale ne mangia, s'ingrassa molto, & presto, come si vede con l'essempio de li boui, li quali, mentre che ne mangiano, presto si fanno grassi. Prouoca l'orina, per la dolcezza dell'humor suo, ma lo fa alle volte con qualche dispiacere, se si mangia con la scorza, la qual, perche è acre, ha in se l'humore alquanto fastidioso, & molesto.

La facoltà del rapo.

In qual modo il rapo è focoso.

La natura opera per mezzo del caldo.

In qual modo il rapo cõturba il corpo.

In qual modo il rapo prouoca l'orina.

Non muoue il ventre, perche si conuerte nella sostanza del corpo, per la maggior parte, & non resta nello stomaco: nè manco ferma il ventre, perche ancorche sia cauata la humidità, nondimeno la sua parte grossa non resta mai nel ventre senza qualche humidità.

Per qual causa il rapo non moue il vẽtre.

Per qual causa nõ ferma il ventre.

Delle herbe. Cap. VI.

L'APIO *domestico, che (secondo alcuni) è il nostro petroselino, dice Dioscoride, che ferma il ventre; nondimeno le sue radici giouano alquanto per farlo lubrico, non solo perche se ne mangia in maggior copia, ma anco perche hãno alquanto dell'astersiuo, come accenna Galeno.*

Le radici del petroselino lubricano il ventre.

Il succo della bieta, secondo Galeno nel secondo de gli alimenti, muoue il ventre: le foglie, secondo alcuni, lo fermano: le radici poi più presto lo mollificano, ch'altrimenti: la bieta bianca ha del lenitiuo, ma la nera ha dell'astrettiuo, come dice Dioscoride, & Galeno.

Il succo della bieta moue il ventre, le foglie lo fermano, la bieta bianca lubrica, la nera stringe.

Il

Il biedone è lenitiuo.

Il bietone, secondo Dioscoride, non ha altra virtù medicinale, senon che fa il corpo obbediente.

Il decotto del rumice è lenitiuo.

Il decotto di tutte le specie di rumice, cioè del lapanto, secondo l'autor medesimo fa anco il medesimo effetto.

La malua è lenitiua, & perche.

La malua ha la medesima facultà, non solo per l'humido, ma ancor per il lentore, come dice Galeno nel secondo de gli alimenti, poiche participa dell'vna & l'altra qualità.

La lattuca nè moue nè ferma il vētre.

Con qual facultà il corpo si ferma.

Con qual facultà il corpo si moue.

La lattuca (secondo ch'esso iui dice) nè ferma, nè muoue il corpo, come che non habbia nè dell'acerbo, nè dell'austero, per le quali facultà il corpo si ferma; nè manco ha dell'acre, nè del salato, nè alcun'altra qualità abstersiua, per la quale la natura è stimulata all'espulsione; benche secondo vn'autor greco, incita moderatamente il ventre, ma secondo Dioscoride lo mollifica.

La porcellana stringe.

Qual porcellana moue il ventre.

La porcellana (come Dioscoride vuole) ha facultà di astringere: ma quella che nasce nelle paludi, se si conseruarà vn pezzo cosi colta, per esser fatta troppo tenera, con il suo lentore muoue il ventre, come dice Galeno della malua nel secondo de gli alimenti.

L'atriplice, & il biedone di Galeno hanno virtu di mouer il ventre.

Nè l'atriplice, nè il biedone (del qual poco fa hauemo parlato) muouono il ventre, come dice Polibo, ò vn'altro antico autore. Galeno però nel secondo de gli alimenti dice, che sono molto atti à lubricar il corpo; & tanto più, se vi sarà seco qualche cosa, ch'aiuti quest'operatione, hauendo poca possanza di far quest'effetto, perche non hanno qualità nè acre, nè nitrosa di muouer il ventre.

L'atriplice anco, secondo Dioscoride, non muoue manco il ventre di quello che faccia il biedone, (come poco fa hauemo detto) anzi prouoca anco il vomito, quando se ne prende troppo.

Il lupulo, & il spinacchio lubricano il ventre.

Il lupulo, & lo spinacchio posto da alcuni tra le specie dell'atriplice, passano facilmente per il ventre, come quasi tutti sanno.

Il basilico verde lubrica il ventre, ma secco lo stringe.

Il basilico secco scalda, & ferma il ventre, ma se è verde, non scalda, ma mollifica il ventre, (come dice Dioscoride;) & questo sarà forse, perche ha in se troppo humore, come Galeno pensa.

L'ortica purga il vētre, & in qual modo.

L'ortica leggiermente purga, come dice Galeno nel quinto de' semplici medicamenti, non come medicamento, ma con la virtù abstersiua, ò stimulante.

Il cauolo è lenitiuo, ma poco cotto, troppo cotto ferma il corpo.

Virtu del brodo del cauolo, & de i lenti.

Il cauolo scalda, & è lenitiuo, purche sia mediocremente cotto atlesso: & appresso, secondo alcuni, euacua gli humori bilioſi; ma per il contrario s'è troppo cotto, ferma il ventre, & il brodo di quello, che mediocremente è cotto, solue il ventre, non meno di quello che faccia il primo brodo

della

della lenticchia; ma se sarà cotto due volte, lo stringe, perche la virtù solutiua resta nel primo brodo. Il secondo brodo del canolo stringe il ventre.

Il calamento scalda, & muoue il ventre, perche è abstersiuo. Il calamento moue il ventre, & perche.

Il pulegio ancora scalda, & muoue il ventre, & purga per da basso la colera nera, come dice Dioscoride. Il pulegio moue il ventre.

Di tal facultà è anco l'origano, perche scalda, & purga la colera. L'origano è lenitiuo.

La satureia detta in volgar coniella fa gli effetti simili all'origano, ancorche Dioscoride dica, che la sua virtù sia più simile al thimo, il qual è caldo, & passa per la via dell'orina, & de gl'intestini, & è purgatiuo della pituita. La satureia è simile all'origano. Il thimo purga la pituita.

L'hisopo, per esser caldo, purga per il ventre la flegma, & gli humori grossi, & pare che sia quasi simile al thimo. L'hisopo purga la flegma.

Il capparo verde, secondo Galeno nel secondo de gli alimenti, inanti che si sali, ha dell'humido che nutrisce, ma lo perde quasi tutto, poi che è salato, (saluo se è ben lauato dal sale) & muoue il ventre: et però Dioscoride dice, ch'il capparo è nociuo allo stomaco, & lo conturba; ma se sarà bollito alquanto, se gli accommoda più facilmente. La facoltà del capparo.

La sinape è calda; & questo s'intende tanto del seme, quanto del fusto, & di più passa per il ventre; & questo forse accade, perche scendendo à gl'intestini, si come non può ancor hauer lasciato la sua acrimonia, della qual è composta, & gli è naturale, cosi incita la natura à cacciar fuori gli escrementi per quella via: è ben vero, ch'è di qualche danno alli membri dell'orina; perche si come presa per bocca, subito ponge le narici, & fa stillar qualche humore per quella via, cosi penetrando alle vene spargendo con la sua acrimonia l'humor che troua, & stimulando li vasi dell'orina, la prouoca si, ma con qualche molestia. La facoltà della sinape, & come moue il ventre. Come noce alli vasi dell'orina.

Alla sinapi è molto simile (secondo alcuni) la ruccola; però sono in errore coloro, li quali credono, che Dioscoride habbia detto, che quest'herba rucola sia detta εὐχύλιος, cioè che faccia il ventre buono, & obbediente. Come la ruccola è simile alla sinape. Error d'alcuni intorno alla ruccola.

L'herba del coriandro mangiata ò cotta, ò cruda, mollifica il ventre; & questo forse accade, perche lo mette tutto sotto sopra con il suo sapor poco grato; ma se sarà del tutto insoaue, come suole esser ad alcuni, acquista quasi la natura di veneno; onde Galeno nel secondo de gli antidoti insegna, di mente d'Asclipiade li rimedij, che gli conuengono, come à veneno; ma il suo seme è caldo, (secondo Galeno) acqueta li rotti acidi; preso dopò pasto prouoca il sonno, ferma il ventre, come fa l'aniso, si come insegna Dioscoride. Il coriandro moue il ventre, & in qual modo. Come acquista la natura del veneno. La facoltà del seme del coriandro.

Si come le foglie del lapatio mollificano il ventre, (come poco fa hauemo Le foglie del lapatio mollificano il ventre il seme lo stringe.

mo detto) cosi il suo seme l'astringe; & questo afferma Galeno nel libro della theriaca à Pisone, & nel settimo de' semplici medicamenti.

La mercorella solue il ventre.

Non bisogna in questo luogo dire, che l'una & l'altra specie di mercorella presa à pasto nel modo, che si prendono le altre herbe, solua il ventre, perche è noto à tutti; ma quando purga l'acqua in abondantia, & non gli escrementi stercorosi, ogn'uno deue auuertire, che per questa causa quanto maggior euacuatione hauerà fatto, tanto più stringerà il ventre nel tempo auenire; & per questo non si può metter nel numero di quelle cose, che lubricano il corpo.

Come la mercorella stringe il ventre.

La facoltà della ruta.

Bisogna anco saper, che la ruta presa inanti pasto è contraria (come tutti credono) alli veneni mortiferi, che si prendono dopoi; nondimeno stringe il ventre, come Dioscoride dice.

La facoltà dell'aneto.

L'aneto è caldo, & applicato alle narici leua la voglia di starnutare,

La facoltà del rosmarino.

& ferma il ventre, secondo l'istesso Dioscoride.

Il rosmarino ferma il ventre.

Il rosmarino scalda, attenua, netta, risolue il fiato, fa il fiato di buon odore, prouoca l'orina, è molto commodo à condir li cibi, ma ferma il ventre.

Le facoltà del macerone, che ferma il ventre.

Le foglie del macerone seruono per aiuto di conseruar le cose, che si corrompono, ma fermano il ventre.

La menta stringe.

La menta domestica ha virtù di scaldare, d'essiccar, & di astringer.

La salnia stringe.

La salnia è secca, & però non mollifica il corpo, ma più presto alquanto l'astringe.

La cicerbita stringe.

La cicerbita si come moderatamente rifresca, cosi ancora moderatamente ferma il ventre.

La cicoria stringe, & come.

La cicoria, cosi domestica, come seluaggia, ambedue sono vtili allo stomaco, rifrescano, & astringono, ma fermano il ventre, quando sono cotte, perche lasciano quasi tutta l'amarezza, che può stimular gl'intestini all'espulsione.

La condilla stringe.

La condrilla, chiamata da alcuni lattaiola, è specie di cicorea, & ha le medesime facultà.

Finalmente l'endiuia quanto più è bianca, tanto manco è atta à lubricar il ventre, perche è manco amara assai.

Delli germogli, & delli asparagi.

ALCVNI nel principio della primauera mãgiano li germogli teneri dell'una & l'altra brionia: Galeno nel sesto de' semplici medicamenti dice, che nella primauera è commune vsanza, che tutti mangiano

giano li primi germogli della brionia bianca, come che sia cibo grato allo stomaco, per l'astringentia, che ha; ma per esser quell'astringentia con alquanto di amarezza, & d'acrimonia, prouoca mediocremente l'orina, & non dice poi, che lubrichi il ventre.

Secondo Galeno li germogli della brionia prouocano l'vrina, ma nõ il ventre.

Altrimenti scriue Dioscoride nel quarto libro, il qual dice, che li primi germogli della brionia, chiamata vite bianca, mangiati cotti alesso, prouocano il ventre, & l'orina: ma poi parlando della brionia nera, chiamata da Romani vua taminia, non gli assegna questa facultà, ma dice, che le sue prime foglie si mangiano come l'altre herbe, & purgano li mestrui, & l'orina: ma li germogli, & tutti li sparagi, quando sono freschi, mentre che hanno il suo solito lentore, possono facilmente muouer il ventre (come di sopra hauemo detto) ma se con il lentore vis'accompagnarà ancora qualche qualità, ò acre, ò amara, (purche però non sia tanto intensa, che non li lasci mangiar) saranno tanto più lenitiui, quanto più quella qualità sarà acre, in rispetto però al nutrimento che danno.

Secondo Dioscoride fano l'vno, & l'altro effetto.

Li germogli della brionia nera perche mouono il vẽtre.

Quelli, che da noi si chiamano veramente asparagi, quando sono tenerini, & presto si cuoceno, non solamente muoueno l'orina, ma ancora lubricano il ventre: ma se sono duri, ò troppo cotti, più presto l'astringono: & à questo modo forse intendeua Hippocrate nel primo de dieta, quãdo disse, che l'asparago è secco, & ferma il ventre.

Li sparagi freschi mouono il ventre, & l'orina.

Li duri lo stringono.

Come s'intende Hippocrate sopra di cio nel primo de dieta

Quando poi Dioscoride disse nel secondo libro, che li asparagi prouocano l'orina, & lubricano il ventre, purche siano presto, & poco cotti, intese all'altro modo.

Come s'intende Dioscoride nel secondo libro sopra di ciò.

Delli frutti, & massime di quelli, che durano poche hore, chiamati da gli Antichi horarij. Cap. VII.

Li Frvtti, che si chiamano horarij, non si possono così facilmente superar dalla natura nostra, perche si corrompono nel ventre inanti che siano conuertiti in nutrimẽto à noi proportionato: & però non è cosa sicura il mangiarne, à fine che nutriscano; ma se alcuno ne vorrà mangiare, mescolandoli con gli altri cibi, farà che non così presto si corromperanno. Se adunque saranno mangiati soli, senza componerli cõ altri cibi, muouono più il ventre, perche anco più si corrompono: ma se saranno presi con il pane, ò con altri simili cibi, perche non si possono così facil-

Come li frutti horarij non si possono superar dalla natura nostra, & perche.

Come per nutrire non sono sicuri.

Come si deuono mãgiar acciò che non si corrompano.

Come mangiati soli muouino il ventre.

facilmente corrompere, muouono manco il corpo, & quãto manco lo muouono, tanto manco male si deue aspettar da essi, ancorche si fermino vn pezzo nel ventre. Ma trattaremo con maggior diligenza di questo soggetto, quando si parlarà, se questa sorte di frutti si deue pigliar inãti cibo.

Come li frutti maturi freschi, & coperti di rugiata lubricano il ventre.

Oltra di ciò, quando si mangiano maturi, freschi, & coperti di rugiata, lubricano meglio, che quando si mangiano garbi, impassiti, & priui di rugiata, perche quando li frutti sono maturi, sempre hanno in se dolcezza notabile, la qual (non potendosi mai separar affatto da questi tali frutti) è di grande aiuto à lubricar il ventre, quando si fermano alquanto nel ventre: la rugiata poi è spesso dolce, & suole acquistar la facultà di quello frutto, al qual è vnita, se poi ha da se stessa possanza di muouer il ventre, accresce le forze di quello frutto, aggiungendoui la sua propria humidità.

Virtù della rugiata.

Le cerase sono di tre sorti, dolci, austere, & a lle:
Le dolci purgano.

Le cerase sono di tre sorti; alcune dolci, alcune austere, alcune acide: le dolci purgano le materie che sono ne gl'intestini; (come dice Galeno nel settimo de' semplici medicamenti) ma piacciono poco allo stomaco, &

Le austere stringono.

le austere sono tutto il contrario.

Le facultà delle cerase acide.

Le acide sono conuenienti à quelli, c'hanno il ventricolo pieno di flegma, ò di simili escrementi; poiche essiccano piu che non fanno le austere, & anco hanno alquanto dell'incisiuo, con la qual virtù possono lubricar il ventre, perche altrimenti astringono.

Le facultà delle more.
Come lubricano, & come stringono,

Le more mature non sono molto amiche allo stomaco, humettano, si corrompono facilmente; & per questo anco forse scaldano, & lubricano il vẽtre; ma se sono garbe, & alquanto impassite, notabilmente stringono.

Le facultà del frutto del rouo, cioè mora saluatica.

Il frutto del rouo (secondo Dioscoride) preso con il cibo, quando è mezo maturo, ferma il ventre; & però mangiandone troppo, fa doler il capo.

Le fraghe sono giudicate amiche dello stomaco caldo, perche si crede, che rifreschino, & che humettino, che spengano la sete, & lubrichino il ventre.

Le armognache, dette da Latini precoqua, da Greci βαρίκοκκα, si come si putrefanno facilmente, cosi anco facilmente lubricano il ventre.

Li persichi maturi lubricano il vẽtre, gl'acerbi lo stringono.

Li persichi sono amici dello stomaco; se sono maturi, lubricano il ventre; se sono acerbi, lo stringono: ma secchi hanno maggior virtù di stringere.

Le brugne dolci lubricano il ventre.
Le facultà delle damascene.

Tutte le brugne dolci prouocano il ventre: le damascene, quanto manco sono dolci, tanto manco lo prouocano, & massime se sono secche, come dice Dioscoride, ancorche Galeno gli sia contrario in questo.

Le facultà delli meloni.

Li meloni rafrenano (secondo alcuni) il gran desiderio del coito, &

smi-

sminuiſcono il ſeme; ſono flatuoſi: & queſto forſe è, perche ſono compoſti di ſoſtantia più friabile, che lenta: & però biſogna mangiarli ò con il pane, ò con qualche altro cibo, c'habbia alquanto di lentore: paſſano facilmente per la veſica, & per il ventre, il ſeme ſuo poi prouoca più l'orina, netta, & eſsicca.

Come ſi deueno mangiar li meloni. Facultà del ſuo ſeme.

Tutte le ſpecie d'vua, & maſsime freſca, riſcaldano, perche ſi ſogliono riſcaldar nel ventricolo, come fanno anco nel torchio, quando vi ſi ferma no vn pezzo rotte; ma le mature ſcaldano più, che le garbe, & le dolci più che ogn'altra ſorte: oltra di ciò tutte muouono il ventre, perche vi bollono dentro, et acquiſtano la natura del moſto: ma le bianche muouono più, perche hanno manco del terreſtre, che le nere; le dolci anco più di quelle, che non ſono dolci; & quelle che ſon ben mature, più che non fanno l'altre non coſi ben mature.

L'vua freſca riſcalda, & in qual modo, & quando tal da più che l'altre. Tutte l'vue muoueno il ventre, & in qual modo, & quando più l'vna che l'altra.

Quelle poi, che ſono giunte alla perfetta maturità, & impaſsite, perche ſono molto dolci, paſſano per il ventre, ma ſono molto calde.

La facultà dell'vua paſſa.

L'vua acerba ſtringe il ventre: quando è cotta, perche ſi fa dolce, ſe non lo muoue, almeno non lo ferma: ma l'vua ſpina, quando ſi mangia cruda, ogn'vno ſa, che ferma il ventre; quando poi è cotta, non s'è ancor dechiarato, ſe faccia queſto effetto.

L'vua acerba ſtringe il ventre, la cotta ſe nō lo muue non lo puo mā co ſtringere.

Li ſichi verdi humettano, ſcaldano, & lubricano: humettano, perche ſono pieni d'humore, ſcaldano, per quell'humore ſimile al latte, che à loro è intrinſeco, & naturale: & per queſto quanto più preſto ſi colgono, ſono più cattiui, perche hanno in ſe maggior copia di quello latte: & quelli che ſi colgono più tardi, ſono tanto più buoni, lubricano il ventre, per la dolcezza, c'hanno inſieme con quello latte; li ſecchi non ſono manco lubrichi, ma caldi.

Li ſichi humettano, ſcaldano, nota la cauſa de tutti quelli effetti.

La facoltà delli ſichi ſecchi.

La Zucca rifreſca, humetta, & muoue il ventre; (come dice Galeno, & Dioſcoride) ma s'alcuno la vorrà pigliar in inſalata, (ſecondo Antillo) faccia elettione della più giouine, & noua; nè manco gli leuarà tutta la ſcorza, ſin che non è cotta, con l'acqua, perche mentre che ſi cuoce, ſi empie troppo d'acqua: ma quando ſarà ben cotta, all'hora gli la leuarà; & poiche l'hauerà condita con oglio, con ſale, & con aceto, la potrà mangiare.

La zucca rifreſca humetta, & lubrica il ventre. Qual è meglior a mangiar in inſalata, & come ſi deue condire.

Li melangiani, chiamati da alcuni malanziani, (ſecondo vn'autor greco) ſono melinconici, fanno pallidi quelli, che ſpeſſo ne mangiano, ma cotti con l'aglio (ſecondo Auicenna) ſoluono il corpo, & con l'aceto l'aſtringono.

Le facultà delli melangiani, & come ſtringono, & mouono il corpo.

Li peri, che ſi mangiano l'eſtate maturi, & freſchi, humettano; &

Le facultà delli peri che si mãgiano nell'estate, & di quelli che si mangiano l'inuernata, & quali stringono, & lubricano il ventre.

perche anco si putrefanno facilmente, scaldano, & mollificano il ventre: se sono secchi, lo fermano: quelli che si mangiano l'inuernata ben maturi, mollificano il ventre; quelli poi, che sono crudi, cioè mal maturi, lo stringono.

La facoltà delli pomi dolci senza succo.

Quelli c'hãno succo prouocano il ventre.

La facoltà delli pomi acidi, & maturi, & come prouochino, & stringono il ventre.

Li pomi dolci senza succo, si come si cuociono con difficultà, cosi anco passano per il ventre con difficultà: quelli c'hanno del succo assai, & ben maturi, prouocano il ventre: gli acidi, & maturi, se trouano gli humori grossi nel ventricolo, (si come dice Galeno nel secondo de gli alimenti) li tagliano, & li cacciano al basso, & per questo humettano le fecci: ma se trouano il ventre netto, più presto lo fermano, ch'altrimenti: le altre sorti di peri, ò austeri, ò acerbi, ancorche di sua natura astringano, se però saranno cotti con qualche liquore, escono assai presto per il ventre.

La facultà delli pomi cotti.

Li grani del pomo granato mangiati con li ossi stringono, il succo suo, lubrica.

Li grani del pomo granato dolce, mangiati con li suoi ossi, stringono il ventre: il succo suo fresco, perche presto si corrompe, & bolle nel ventre, per questo anco ha non so che del caldo, mollifica il ventre, tanto più, per che mentre che bolle, non passa alle vene, & si ritiene nel ventre.

La facultà delli pomi cotogni.

Li pomi cotogni, mentre c'hanno del stittico, non passano per il ventre, poiche quando sono ben maturi, & dolci, alcuni sono di opinione, che non siano più di quell'astringentia.

Le sorbe, nespoli, & corgnoli acerbi stringono il vẽtre.

Nota la difficultà, che si fa se questi frutti possono mouer il ventre tolti dopo pasto.

Le sorbe, li nespoli, li corgnoli, & simili altri frutti, mentre che sono acerbi, fermano il ventre; ma che poi muouino il ventre, tolti dopò il cibo, (si come credono alcuni di grande riputatione) non s'è ancora potuto ben conoscere, nè per ragione, nè per isperienza; poiche molti, che ne pigliano à questo modo, non si sentono mouer il ventre; nè manco la ragione può persuader, che cosi sia; perche se bene stringono la bocca del vẽtricolo, non però si può concluder, che comprimano, come si fa con la mano, tutt'il ventricolo, & tutti gl'intestini, come si pensano quelli, che credono che cosi sia, oltra che l'essempio, che danno delle salciccie, non quadra co'l ventricolo, & con gl'intestini; perche la figura sua non è simile, essendo quella delle salciccie lunga, stretta, & vguale, done che quella del ventricolo, & de gl'intestini è varia, & inuguale, essendo hora stretta, hora molto larga; oltra che se fosse tale, nel comprimerli cacciaria fuori di essi & il cibo, & ciò che vi si trouasse, & di più si sentiria notabil dolore, non solo in quelle parti, che si comprimessero, sentendo quella violenta contrattione; ma anco in quelle, che riceuessero la materia cacciata à basso dalle parti di sopra, perche si stenderiano fuori di modo. Se alcuno vorrà conoscer la verità di questa cosa, non bisogna far la proua, con prender prima quelle cose, che muouono il corpo, (come alcuni fanno)

Come l'essempio delle salsiccie non quadra.

Come s'ha da fare per conoscer la verità di questo fatto.

no) ma con altre, che non habbiano questa facultà, accioche non si attribuisca falsamente alli cibi astringenti, presi dopò pasto, quello che si douria attribuire alli cibi, che muoueno il ventre, presi inanti pasto.

Il cedro non si troua che fosse in vso per mangiar, nè al tempo di Theofrasto, nè dopò vn pezzo. Auicenna comanda, che si mangi solo, senza pigliar altro cibo nè inanti, nè dopò: se però se ne pigliarà in troppo quãtità, nuoce notabilmente à gli occhi: il suo seme beuuto nel vino è contra il veneno, (come dice Dioscoride) & lubrica il ventre; la parte acida essicca, & ferma il ventre, come anco Auicenna scriue.

Come il cedro nõ era in vso per mãgiar al tempo antico.
Il danno che porta il cedro mangiãdone troppo.
Nota la virtù del suo seme.

Quasi tutti pẽsano, che li pomi rãci siano della medesima specie del cedro, poiche credono, che dall' inestar il cedro nel pomo granato, ò dall' inestar il pomo granato nel cedro, sia nato il pomo rancio. Se questo è vero, tãto sarà differẽte dal cedro, quãto si accosta alla natura del pomo granato.

Li pomi ranci nascono dall inestar il cedro nel granato, ò dall'inestare il granato nel cedro.

Tutti li frutti della palma sono dolci, & astringenti, si come dice Galeno nel secondo de gli alimenti: se l'huomo ne mangiarà assai, li cuocerà con difficultà, & causano dolor di testa: è poi cosa chiara, che per causa dell' austerità sua stringono il ventre; ma che per la dolcezza lo mollifichino, non si sa ancora.

Le facultà delli frutti della palma.

Le carobe, dà Greci chiamate κεράτια, sono inutili allo stomaco: le fresche prese con il cibo muouono il corpo (secondo Dioscoride) per il contrario le secche lo fermano.

Le carobe fresche mouono il ventre.
Le secche lo fermano.

L'oliue, chiamate da Greci κολυμβάδας, prese con la sua salsa inanti il cibo muoueno il ventre, ma senza la salsa quasi sempre lo stringono, secondo che dice Galeno nel secondo de gli alimenti.

Come l'oliue muouono il ventre.

Le noci si sogliono condir verdi con il mele, ò mosto cotto, ò zuccaro: quando saranno condite, & confette bene à questo modo, & haueranno acquistato vn certo lentore, & che saranno ben mature, in questo stato lubricano il ventre (come dice Galeno nel secondo de gli alimenti) ma le secche lo fermano, & massime mangiate con la sua pelle: ma se prima saranno intenerite nell' acqua, lo lubricano: & quest' è opinione d' Oribasio, scriuendo ad Eustachio.

Le noci verde ben condite lubricano il ventre.
Le secche come fermano, & come lubricano il ventre.

Le castagne passano tardi, causano dolor di testa, et fermano il ventre.

Le facoltà delle castagne.

Le auellane ben monde da la scorza di dentro, si come si cuoceno più facilmente, così stringono manco il ventre, che se sono mangiate con essa.

Le facoltà delle auellane.

Li pistacchi (secondo alcuni) sono vtili allo stomaco, per la poca amaritudine, & leggier astringenza c' hanno; ma nè mollificano, nè stringono il ventre.

Le facoltà delli pistacchi.

Li pignoli si cuoceno con difficultà, grauano il capo, scaldano; però nõ

si

Le facoltà, & danno che portano li pignoli, & come si deuono vsar.

si deueno mangiar senon freschi, ouero macerati nell'acqua, secondo Dioscoride, sono astrittiui, ma che poi per questo fermino il ventre, si come non seguita l'vno dall'altro, così non si può sapere, c'habbino del lenitiuo.

Le facoltà delle mandole.

Le mandole sono calde, per la grassezza c'hanno in se, si cuoceno con difficultà, non stringono, nè manco giouano à lubricar il ventre, si come dice Galeno nel secondo de gli alimenti.

Delle Specie. Cap. VIII.

Lo stomaco non può cuocer le specie secche, ma bene quelle c'hanno succo in se.

NESSVNA sorte di specie, che sia secca, & lignosa, si può cuocer nello stomaco, ma si bene le verdi, & c'hanno succo in se: tutte hanno odore che piace: tutte scaldano, (come si conosce per isperienza) quasi tutte sono acri: sono vtili alli grassi, & à quelli c'hanno molta pituita nello stomaco: sono nociue alli magri: prouocano l'orina: alcune poi muouono il ventre, alcune non lo muouono. Non si cuoceno, perche bisogna, che quello che si cuoce si conuerta in qualche humore, che possa nutrire, di modo che vn corpo, che sia secco, & lignoso, non può hauer tal humore; & se pur ve n'è alquanto, è necessario che sia tanto poco, che, rispetto alla sua quantità, si può dir ch'è niente; talmente che non potrà quasi dar nutrimento alcuno: & così le specie sono alle volte come ossi, che sono mangiati da' cani, alle volte ancora sono simili à quelli ossi, che sono tanto secchi, che li cani non li vogliono nè mangiare, nè odorare. La maggior parte sono acri, perche poste sopra la lingua, scaldate, & mollificate dal calor naturale, riscaldano insieme, accendono, & mordicano l'istessa lingua, & poi liquefanno l'humore, ch'in essa si troua; onde poi stimulano la natura all'espulsione: & finalmente attenuano, & essiccano, come fanno tutte le cose, che di natura sua sono acri.

Le qualità delle specie.

A quali sono vtili.

A quali sono nociue.

La causa perche non si cuoceno.

Come le specie sono simili alli ossi.

L'effetto delle specie.

Perche giouano alli grassi, & flegmatici.

Perche nocino alli magri.

Perche prouocano l'orina.

Giouano alli grassi, & alli flegmatici, perche consumano l'humidità, spargendola in più parti, scaldandola, & essiccandola: per il contrario con l'istessa ragione sono di dãno alli magri, c'hanno bisogno d'humidità.

Prouocano l'orina, perche se si scontraranno in vn corpo humido, non cessano, mentre che vi sono appresso, d'alterarlo con la sua acrimonia, di liquefarlo, & di diuiderlo in più parti; tal che, trouando gli orificij, cioè bocche ouero entrate delle vene del ventricolo, piene di humidità, l'assottigliano, & con la sua acrimonia la stimulano ad vscir; & così la sforzano entrar nelle vene, perche non può andar altroue, & per esse caminando, passar alle reni, & alla vesica, & all'vltimo vscir con l'orina.

Lubri-

Lubricano il ventre, non tutte, ma solamente quelle, che poi c'hanno alterato qualche humore con la sua qualità, la qual però anco ritengono in se stesse, & che sono mescolate con il cibo, pungeno, & morsicano il ventricolo, & gl'intestini, & li stimulano all'espulsione, come fa il pepe cotto nell'acqua, che pur resta acre. Quelle poi, che tanto che si cuoceno (se bene in poco tempo) lasciano tutta la sua qualità, & si fanno del tutto insipide, come fa il cinamomo, non hanno virtù di muouer il corpo.

Perche lubricano il ventre.

Quali sono quelle specie c'hanno virtù di mouer il corpo.

Il pepe adunque scalda, come si conosce al senso, & offende le reni: (come nota un'Autor Greco) & benche prouochi l'orina, perche è acre, & caldo insieme, lubrica però anco il ventre, perche quando è bollito alquanto, ritiene ancor la sua virtù; però oltra che prouoca l'orina, muoue anco il corpo, stimulando la natura con la sua acrimonia; anzi muoue quasi più spesso il ventre, che l'orina; saluo se, per esser troppo bollito, ò per qual che altra causa, è priuato della sua forza; perche quando è poco (secondo Aristotele, & Auicenna) non muoue l'orina, ma il ventre; ma s'è assai, prouoca principalmente l'orina, & insieme anco lubrica il ventre. Se poi sarà in molta quantità, si come altera gli humori con la sua qualità acre, & calda, li liquefa, & li sparge in diuerse parti, & poi che gli ha fatto entrar nelle vene, & cacciatoli alle reni, irrita la natura all'espulsione per la vesica; & à questo modo prouoca l'orina, così conseruandosi con la sua quantità il calore, & l'acrimonia, (come già hauemo detto) & fermandosi per tempo notabile nel ventricolo, & ne gl'intestini, senon per altra causa, almeno per la sua grossezza; morsicando anco parimẽte questi membri, li stimula à cacciar fuori li escremẽti: & à questo modo lubrica il corpo. Per questo Aristotele, la cui dottrina è seguitata da Auicẽna (corretta però bene la sua traduttione) dice, ch'il pepe pigliato in molta quantità, prouoca l'orina, la scamonea per il contrario presa in maggior quãtità muoue il ventre, & in manco quãtità, prouoca l'orina, non ch'il pepe non muoua il ventre, ancorche sia preso in quantità, ma perche muoue principalmente l'orina, si come ancor la scamonea, non perche nõ muoua il ventre, ancorche sia presa in minor quantità di quello che si soglia prendere, ma perchè insieme prouoca anco l'orina, poiche la sua principal facultà è di muouer il ventre, & non l'orina, prouoca però l'orina, quando se ne prende in poca quantità, perche non potendo molto conturbar la natura per la sua pochezza, si ferma più del suo solito nel ventricolo, doue distemperata, & liquefatta da gli humori, che sono tirati dalle vene, (poiche facilmente si disolue dal caldo) se ne scende senza trauaglio al ventre, & alla vesica. Non bisogna però giudicar,

Come il pepe prouochi l'orina, & moua il ventre.

Nota ciò che dice Aristotile, & Auicenna del pepe, & della scammonea.

Come il pepe, & la scamonea prouochino l'orina, & il ventre.

che

che quando se ne piglia in gran quantità, non debba in modo alcuno prouocar l'orina, perche sempre fa questo effetto ancora; ma per muouer il ventre in maggior quantità, fa, che all'euacuatione dell'orina non si conosce, si come anco fa il pepe se se ne piglia poco, (come alcuni si pensano) è da creder, che non muoua tanto il ventre, che non possa anco prouocar l'orina, ma perche prouoca più gli escrementi del ventre, che l'orina, hauendo rispetto alla sua solita euacuatione.

Le qualità del zenzero.

Il Zenzero, s'è fresco, si cuoce più facilmente, ma s'è secco, (come già hauemo detto) ò niente, ò con difficultà si cuoce: prouoca l'orina, mollifica leggiermente il ventre, (secondo Dioscoride) & non l'astringe, come alcuni pensano.

Come il zenzero prouochi l'orina.

Prouoca l'orina, perche si come nel bollir manda la sua acre qualità nell'acqua, cosi altera ancora gli humori nel ventre, li quali poi portati alle vene, stimulando la natura all'espulsione con la sua acre qualità, escono per la vesica.

Come il zenzero moue il ventre.

Mollifica poi il ventre, perche, ancor c'habbia alterato gli humori, ritiene però la sua acre facultà (come hauemo detto del pepe) però restando nel ventre, stimula la natura all'espulsione.

Le qualità della noce moscata.

La noce moscata, s'è piena d'oglio, & grassa, può dar vn poco di nutrimento, ma si cuoce con difficultà, (secondo vn' Autor Greco) offende il polmone, ha la qualità acre del pepe, & del Zenzero, ma molto manco, la qual, quando è poco cotta, ritiene ancor in se.

Come la noce moscata prouoca l'orina, & il vētre.

Come gl'Arabi sono stati li primi a conoscer la noce moscata.

Onde è verisimile, che si come prouoca l'orina, cosi ancora lubrichi il ventre, se bene gli Arabi, che sono stati li primi à conoscerla, & alcuni Greci moderni, hanno scritto, che ella stringe il ventre; ma per conoscer la verità di questo fatto, bisogna preualersi dell'isperienza, non lasciando però la ragione.

Le qualità del macis.

Il macis, & non il macer, perche sono molto differenti l'vn da l'altro, (come insegnano li Semplicisti moderni) bollito non ha manco acre facultà, di quello c'habbia la noce moscata; poiche si tiene per certo, che sia il suo fiore; & per questo bisogna creder, che nè astringerà il ventre, nè prohibirà l'orina.

Le qualità del garofolo.

Il garofolo prouoca l'orina con la sua acrimonia; ma perche, poiche è bollito, lascia tutta quella qualità nell'humore, nel qual è cotto, & esso resta del tutto senza sapore, non solamente non muoue il ventre, ma anco, se l'huomo ne piglia in quantità, trauaglia lo stomaco, & gl'intestini, come se vno hauesse ingiottito diuersi pezzetti di legno.

Le qualità del cinnamomo.

Il cinnamomo offende il capo con il suo odore; (massime se se ne piglia assai, & spesso) & à questo modo forse conturbando il ceruello, prouoca

il sonno,

il sonno, (come alcuni vogliono) quando si cuoce con qualche humore, si priua del tutto della sua acre facultà, la qual passa in quell'humore: & il medesimo è da creder, che faccia nello stomaco; onde ne segue, che può prouocar l'orina, ma che poi astringa il corpo.

In qual modo prouoca l'orina.
Come può prouocar l'orina, & stringer il ventre.

Del Zaffarano.

E cosa molto vana parlar del Zaffarano, se muoue, ò stringe il ventre à quelli, che n'vsano in pochissima quantità; perche quella minima particella, che si mette ne i cibi, più presto per il colore, & per l'odore, che per il sapore, non può far tal'effetto. Mà quelli, che lo mettono nelli cibi in maggior quantità, confidatisi in quello, c'hanno inteso da molti Medici, cioè ch'il Zaffarano fa il colore grato, difende l'huomo dalla crapola, è incitatiuo del coito, fa buona concottione ne i cibi, rallegra l'animo; vorrei, che sapessero, che la maggior parte di queste facultà, che se gli attribuiscono, possono ben parer buone, & vtili, ma però poi in effetto non si troua, che siano à questo modo nel Zaffarano. Perche rallegra, non con l'augmento delli spiriti naturali, ma nel conturbar il ceruello, facendo l'effetto d'embriacar, qua si come fa il vino, & mouendo vna specie di riso, & d'allegrezza, fa, che l'huomo per questo ha grato, & rosso colore, il qual prouiene dall'acre suo calore, & odore, che muoue il sangue nel volto, & l'empie di spirito caldo; il qual effetto è tanto più pericoloso, quanto più à questo modo si percuote il capo, & si conturba la mente.

Perche il zaffarano s'vsa in pochissima quantità.
La facoltà del zaffarano secondo alcuni.
Come il zaffarano rallegra l'huomo.
Come questo effetto nel zaffarano è pericoloso.

Ne manco naturalmente può prohibir la crapola; ma per confonder il ceruello con lo suo graue odore, forza l'huomo à lasciar di mangiar, & di beuer prima, che si finisca affatto la crapola.

Che non può prohibire la crapola, & come fa questo effetto.

Per questo Auicenna dice, che produce il sonno, causa dolor di capo, & offusca li sensi; & vn'Autor Greco dice, che se vno ne pigliarà quattro dragme, entrarà in tanto riso, che se ne morirà.

Come il zaffarano prouoca l'orina.

Muoue poi l'orina, non per altra causa, senon per quello vapor sottile, & acre, il quale è sempre accompagnato con l'odorata sua sostanza; ma non s'è ancor potuto conoscer, che prouochi, & lubrichi il ventre.

Del Sale.

Il Sale, ancor c'habbia qualche facultà astringente, nondimeno, perche pare, che sia composto di parti amare, acide, & acri,

Di quali parti è composto il sale.

Come il sale moue il ventre.

Il danno che porta il sale preso in molta quantità.

più, & meno (si come si può conoscer al gusto) se sarà preso con li cibi grossi, & solidi (come si suol fare) stimula il ventre: ma quando se ne prende in troppo quantità, perche liquefa, & estenua insieme, debilita la vista, & sminuisce il seme genitale.

Dell'Acqua commune, & medicinale. Cap. VIIII.

L'acqua smagrisse.

L'ACQVA, *ò calda, ò fredda che si beua, smagrisce, perche ò non da nutrimento alcuno, ò se lo dà, è molto poco, non potendosi quasi mai ingrossare: quella che si beue freddissima, prohibisce, ch'il calor nostro non sparga in più parti l'humido naturale, il qual per questo si congela nel corpo; & però ferma il ventre, eccetto se fa l'effetto contrario, quando è presa in grande quantità; & spesso è causa, che l'huomo genera delle arene, massime quando si beue l'acqua rifrescata con la neue.*

Il danno che porta l'acqua beuuta freddissima.

Quãdo l'acqua freddissima ferma il ventre, & quãdo lo moueno.

Come per esse si generano arene.

La qualità dell'acqua che pioue.

Se l'acqua piouana astringe, si come dice Celso nel secondo libro, & Galeno nel settimo de' medicamenti locali, non è buona per lubricar il ventre.

Tutte l'acque medicinale stringono il ventre.

Ogni sorte d'acqua medicinale, se si beue à pasto, (come alcuni sogliono far, ò con il vino, ò senza vino) sempre stringe il ventre, perche essicca, & fa il chilo molto più grosso: cosi dice Hippocrate nel libro dell'aria, & dell'acque, doue parlando delle medicinali dice, che tutte passano con difficultà per la via dell'orina, & sono contrarie all'euacuatione del ventre.

Passano ancor con difficoltà alla via dell'orina.

Di questo si è tratta to in vn'altro loco.

A voler poi ricercar la causa, per la quale prese in molta quantità liberino quelli, che patiscono di calcoli, come si crede quasi da tutti, ch'intrauenga à quelli, che frequentano li bagni naturali, è materia d'vn'altro proposito, & non di questo.

Delli Vini. Cap. x.

Tutti li vini sono caldi, & secchi.

TVTTI *li Vini sono caldi, & secchi, & appresso nutriscono, & molto più quelli, c'hanno odore, in rispetto di quelli, che non l'hanno; purche però siano d'vna medesima etade, perche questi sono*

sono più cotti, come anco sono più cotti li grossi, che li sottili. Tutti li vini, per parlar in generale, sono atti più presto à fermar il ventre, che à lubricarlo (eccetto forse li vini nuoui) perche tutti prouocano l'orina, & fanno il chilo più grosso, & più secco (come si vede nella carne cotta nel vino) & questo è causa, che non può così facilmente andar à basso: talche quelli che sono di natura più sottili, con il suo calore aprono le bocche delle vene, v'entrano dentro, & menano seco altre materie, & passano à furia per la via de l'orina, poi c'hanno esiccato il ventre: se poi vn vino sarà comparato all'altro, si potrà dire, che fa il ventre lubrico, & l'altro lo fa stittico.

Tutti li vini fermano il ventre eccetto li noui.

Tutti li vini prouocano l'orina, & fanno il chilo grosso, & secco.

Come li vini sottili prouocono l'orina.

Come il vino può far il ventre lubrico.

Li vini dolci adunque gonfiano, humettano il corpo, & conducono sempre qualche materia fuori del corpo, quando son ben penetrati ne gl'intestini: il che accade, quando se ne beue in honesta quantità, escono per quella via più facilmente, che non fanno gli altri vini.

Alcune qualità delli vini dolci.

Gonfiano adunque, perche dando al corpo molto humore, il quale è atto à nutrir, & è molto grato alla natura, & empiendo presto le prime vene, il fegato, & la milza, è necessario, ch'anco facciano qualche tumore.

In qual modo gonfiano.

Humettano il corpo, perche danno più nutrimento, che gli altri vini; tal che quanto più nutriscono, tanto maggior humidità portano à tutt'il corpo, la qual però è differente dall'altre sorti di humidità: perche questa nutrisce, & le altre non. Leuano qualche cosa fuori del corpo, perche con la sua dolcezza hanno vn poco dell'astersiuo; se pigliano la via de gl'intestini, calano più facilmente al basso, che gli altri vini, & massime se l'huomo ne beue in copia, perche alterano di maniera li membri doue passano, & massime se sono di natura pituitosi, come sogliono quasi sempre esser gl'intestini, che se sono stretti, li largano; se sono freddi, li scaldano; se sono secchi, li humettano: le quali cose tutte non solo non fanno il ventre stittico, ma più presto lo fanno molto più lubrico, che non era: eccetto se forse vi fosse vna qualche insolita, & stranagante sete.

In qual modo li vini dolci humettano il corpo.

In qual modo l'humidità del vino dolce è differente dalle altre.

In qual modo li vini dolci leuino qualche cosa fuori del corpo.

Quando li vini dolci non lubricano il ventre.

Li vini neri, & austeri sono secchi, nè giouano à lubricar il ventre, nè à prouocar l'orina, nè fanno saliua, come quelli, che poi che sono beuuti, fanno la bocca secca, consumano gli humori nel corpo, & fanno il ventre stittico.

L'effetto delli vini neri, & austeri.

Quelli però, che se ben sono neri, sono piacenoli, & delicati, ma non dolci, sono più humidi, che gli altri neri; gonfiano però, & escono per il ventre più facilmente; sono più humidi, perche nutriscono

Alcune qualità del vino nero non dolce, ma delicato.

Perche sono humidi.

più (come hauemo detto) gonfiano, perche quanto più suaue, & più più humido è il nutrimento, che danno, tanto più fanno il corpo gonfio (come hauemo detto delli viui dolci) escono poi per gl'intestini, perche se vi arriuano, non vi s'attaccano, come fanno gli austeri; & però escono facilmente per quella via.

Perche lubricano il ventre.

Alcune qualità delli neri dolci.
La causa perche sono più humidi.

Li neri dolci sono più humidi di quelli altri, & passano più facilmente per gl'intestini: scaldano, & insieme gonfiano: sono più humidi, perche nutriscono più, poiche danno più humido naturale all'huomo: & se se ne beue in copia, passano tanto più facilmente per il vētre, quanto più sono dolci (come di sopra hauemo detto) scaldano più, perche sono più vinosi: gonfiano, perche dando molta copia di nutrimento humido, & suaue, empiono troppo.

Perche scaldano più perche gonfiano.

Alcune qualità delli vini bianchi, & dolci.
Et come s'intendono bianchi.
Perche prouochino l'orina.
Perche mouino il vētre.
Perche humettano il corpo.
Perche augumētano il sangue.

Li bianchi, & dolci (chiamo bianchi quelli, che non sono nè neri, nè rossi) prouocano più l'orina, che li neri, muouono il ventre, purche siano calati à gl'intestini (come hauemo detto) humettano il corpo, augumentano il sangue, sono causa di debilità à quelli che li beuono: prouocano più l'orina, perche sono più sottili; talche passando per le vene, cascano più facilmente alla vesica: muouono il ventre, perche hanno la virtù delli vini dolci: humettano il corpo, perche nutriscono, & somministrano l'humore, che dà nutrimento; il qual'humore è tanto più humettatino dell'acqua, ò di qualche altra cosa simile, quāto più si sparge per tutt'il corpo: augmentano il sangue, perche nutrendo, & spargendosi con la sua sottigliezza per tutt'il corpo, assottigliano parimente anco il sangue, & di più estendono la sua sostanza in maggior quantità, & maggior ampiezza: tal che per esser di più sottil, & più debile sostanza, che gli altri vini, non è marauiglia, se fanno gli huomini non robusti, ma debili: se poi saranno più leggieri, perche più facilmente, & in maggior copia se ne beue, si rinouano li vecchi dolori podagrici, ò che li fanno nascer, non hauendoli mai l'huomo patito, come si stima che siano li vini trebiani dolci.

Perche fanno li huomini debili.
Perche caufino dolori di podagra.

Nota gl'effetti delli vini trebiani dolci.

Alcune qualità delli vini bianchi austeri.
Perche scaldano.

Li bianchi austeri scaldano, & escono più facilmente per l'orina, che per il ventre: scaldano, non solo per esser vini, poiche tutti li vini scaldano, (come già hauemo detto) ma anco perche passano facilmente à tutti li membri, per esser tanto sottili: nutriscono anco, & si fermano in tutte le parti, doue vanno, per la virtù astringente che hanno,

Perche passino più facilmente per l'orina, che per il ventre.

Poiche adunque ogni sorte di nutrimento augmenta il calore, & si sparge non per una parte sola, ma per tutto il corpo, & iui si ferma

per

per notabil tempo, bisogna conchiuder, che ancor scalda: escono poi più facilmente per l'orina, che per il ventre, perche essendo tanto spar si per tutt'il corpo, passano facilmente alle vene, alle reni, & poi alla vesica: & à questo modo escono presto per via dell'crina.

Li vini acidi, comparati à gli altri vini, rifrescano, assottigliano, & humettano: rifrescano, & assottigliano, perche penetrando à tutt'il corpo con la sua acidità, cacciano fuori l'humido naturale: humettano poi, perche mentre che si conuertono, ma non sono ancor conuertiti in aceto, hanno seco mescolata l'acqua, la qual entrando con il vino alle parti interiori del corpo, le altera dell'istessa humidità.

Alcune qualità delli vini acidi.
Perche rifrescano, & attennuano.
Perche humettano.

Li vini mediocri, cioè che non sono nè dolci, nè suaui, nè austeri, nè acidi, s'hanno da giudicar di qual virtù siano, secondo che più, ò meno s'accostano à questi, & à quelli.

Di qual virtù siano li vini mediocri.

Tutti li vini, poiche sono molto sottili, & che si chiamano stillati, ò bianchi, ò neri che siano, prouocano l'orina, (come ogn'vno sa) & non il ventre: sono di danno à quelli, c'hanno il capo debile, & che per poca causa gli duole, perche con la sua sottigliezza corrono con furia al ceruello, & ostinatamẽte iui si cacciano, doue quando sono giunti, si come il ceruello presto li riceue, & poiche sono riceuuti, con difficultà li caccia fuori per gl'intrichi delle vene, & dell'arterie, ch'in esso sono; cosi fermandosi in detto luogo, pungono, estendono, & scaldano le membrane del ceruello, & à questo modo causano dolore.

Le qualità delli vini molto sottili.
In qual modo sono di danno a quelli c'hanno la testa debile.

Li vini noui, ò dolci, ò suaui, ò austeri che siano, de' quali niente quasi certo si conosce, perche sono simili al mosto, scendono più facilmente per il ventre: per il contrario li vecchi si rendono manco per il ventre, ma principalmente per la via dell'orina.

La differentia, che è tra li viui noui, & vecchi in quanto al penetrare.

Il mosto gonfia, leua sempre qualche cosa dal corpo, conturba, & muoue il ventre: gonfia, perche riscaldandosi si conuerte in spirito: leua qualche cosa, perche netta, conturba, & passa per il ventre, perche iui bolle.

Per qual causa il mosto leua qualche cosa dal corpo, conturba, & moue il ventre.

Il mosto cotto scalda, humetta, & leua qualche cosa dal corpo, non ferma il ventre: scalda, perche è vinoso: humetta, perche nutrisce: leua qualche cosa, perche è dolce, & netta: non ferma il ventre qua si per la medesima ragione; alcuni pensano che il nero stringa il ventre, & che il bianco lo mollifichi: ma io dico, che l'vn' & l'altro è mosto cotto, & quasi abbrusciato dal foco, sin tanto però, ch'è dolce, & non mostra alcuna qualità astringente, ò bianco, ò nero che sia, per se stesso non

Per qual causa il mosto cotto scalda, humetta, leua qualche cosa dal corpo, & nõ ferma il ventre.

Come il mosto nero non puo stringer il ventre.

so non potrà mai stringer il ventre, poiche non si potrà tanto essiccar dal foco, che con tirar l'humore da gli altri membri, & consumandolo, possa astringer il ventre.

Dell'Aceto.

Perche l'aceto rifreschi, & piu presto stringa che lubrichi il corpo.

L'ACETO *rifresca, & più presto è causa di stitticità, che di lubricità: rifresca, perche consuma l'humido naturale con liquefarlo: ferma il ventre, perche non dà nutrimento alcuno, & è acuto, & di più si caccia nelle parti molto intrinsiche, & poiche vi è entrato, si ferma, & essicca: ma se troua qualche humore grosso nel ventre (secondo Galeno) lo taglia, & lo caccia al basso, & à questo modo humetta le fecci.*

Come humetta le fecci.

Del Mele. Cap. xI.

Alcune qualità del mele.

IL MELE *mangiato con modo con altri cibi, nutrisce, fa buon colore, lubrica il ventre, prouoca l'orina, ma mangiato solo, & in molta copia, si cuoce con difficultà: gonfia, satolla, & in somma è più attenuante, che ristoratiuo: nutrisce, non solo perche è specie di nutrimento, ma ancora, perche composto con altri cibi, è causa che per la sua dolcezza essi passino facilmente per tutt'il corpo, & che con piacere siano tirati dalli membri, perche tutti si nutriamo di dolce, ò di cosa composta con dolce (si come fin'adesso ogn'vno crede) fa buon colore, perche le parti dilettatesi della sua dolcezza, composta con altri cibi, tirano à sè molto nutrimento, lo ritengono, & lo conuertono in se stesse; onde il calor naturale s'augumenta: & per questo poi essendo cresciuto il natural nutrimento, il color si fa tanto bello. Mollifica il ventre, non solo per esser acre, ma anco perche è dolce, & ha alquanto del lento, & dell'astersiuo: prouoca l'orina per le medesime ragioni, eccetto che vi è questa differenza, che lubrica, in quanto che passa à gl'intestini; prouoca poi l'orina, in quanto che passa alla via delle reni: ma se l'huomo lo prenderà solo, & in molta quantità, si cuoce con difficultà, perche hauendo possanza di conseruar l'altre cose, che non si corrompino, è necessario, che anche esso con difficultà si corrumpa: & queste cose tali si cuoceno con difficultà (come dice Galeno nel primo de gli alimenti) & massime se sarà in molta copia: gonfia, perche si*

Perche il mele nutrisce.

Perche il mele fa bō colore.

Perche il mele lubrica il ventre.

Perche il mele prouoca l'orina.

Perche il mele preso solo, & in copia si cuoce con difficultà.

spande

ſpande in molta ampiezza, di poco ſpatio che prima occupaua; & con queſto ritiene ancor la ſua dolcezza; ſatolla, perche eſſendo tanto deſiderato da gli altri membri, per la ſua dolcezza, quando vi è giunto, ſtendendoſi più che non era, empie anco più.

Perche il mele gõfia.
Perche il mele ſatolla.

Attenua più che non riſtora, perche euacua gli humori per via dell'orina, & del ventre, più di quello che conuiene.

Perche attenua più che non riſtora.

Quando poi è preſo in copia ſenza altri cibi, ò ſe pur ſi prendono, ſono molto pochi, ſi come è neceſſario che ſi ſparga per il ventricolo, per gl'inteſtini, per le vene, & per il reſto del corpo; coſi quando è in molta copia, paſſando per la ſua acrimonia, & abſterſione per il ventre, & per la veſica, è neceſſario che purghi tanto più il corpo, & lo faccia magro, & eſtenuato.

Come il mele fa il corpo magro.

Del Zucchero. Cap. xiI.

IL ZVCCHERO preſo con modo, inſieme con altri cibi, dà aſſai buon nutrimento, quaſi come fa il mele: ſomminiſtra lo augumento à quelle parti, che lo poſſono pigliare: fa buon colore, prouoca l'orina, & il ventre: & tutto queſto fa con la ſua dolcezza, ò con il ſuo lentore, il qual però è poco, ò con ambidoi; talmente che da quello che s'è detto del mele, facilmente ſi potrà intendere anco la virtù del zucchero, comparando gli effetti dell'vno à gli effetti dell'altro.

Alcune qualità del zucchero.

Ma ſe ſarà preſo ſolo, & in molta copia, ſi cuoce con difficultà: gonfia, & ſatolla; gioua però alla concottione in alcuni, li quali dopò c'hanno ben mangiato, ne pigliano vn pochetto, che quaſi leua tutta la ſatietà: ma ſe ſi mangia in maggior quantità, eccita il dolor di capo: (ſi come dice vn' Autor Greco) ſi cuoce con difficultà, perche ſi corrompe con difficultà (come hauemo detto del mele) ma è anco più difficil da cuocer del mele, quanto più è prodotto duro, & tenace dalla natura, & poi anco dall'arte: gonfia, perche è compoſto con qualche humore: ſi eſtende in molta grandezza, & mole, doue prima occupaua poco ſpacio: ſatolla, perche empie facilmente (come s'è detto del mele) porta giouamento à quelli, c'hanno mangiato aſſai, ſe dopò quel paſto l'huomo ne pigliarà in poca quantità, perche eſſendo tanto deſiderato dalla natura, ſe per ſorte ſarà poſto ſupra qualche cibo, che nuoti nello ſtomaco, & che faccia nauſea, mentre che con tanto affetto è tirato dalla natura, fa che quelli cibi vanno ſeco al baſſo, & non poſſono ſalir

Danni, & vtili che porta il zuccaro.
Perche ſi cuoce con difficultà.
Per qual cauſa il zuccaro è più difficil da cuocere del mele.
Perche il zuccaro gõfia.
Perche il mele ſatolla.

Perche preso dopò pasto gioua a quelli c'hanno mangiato assai.

salir ad alto, anzi per esser sempre tanto grato all'huomo, eccita quasi l'appetito perso; & à questo modo leua alle volte la saturità, se l'huomo ne piglia in quantità, & massime se sarà vecchio: produce dolor di capo, (come dice vn' Autor Greco) perche si come le mandole prouocano il sonno con il suo vapore, il qual facilmente si condensa in latte, & se se ne piglia in gran quantità, producono dolor di testa; cosi accade al zuccaro, il qual per conuertirsi dall' arte in vna sostanza quasi di pietra, & dalla natura, si constringe, & si condensa forte in se stesso, portato per via delli suoi vapori al capo, il qual per la sua capacità è atto a riceuer tal cosa, più che tutti gli altri membri, mentre che si mette all'impresa per constringerlo, & per condensarlo, chiude insieme con esso altri vapori, & altri humori, li quali serrati in se stessi, non si possono purgare; onde poi per quella pienezza, ne nasce il dolore del capo.

Come causa dolor di testa.

Come le mandole prouocano il sonno, & il dolor di testa.
Come il zuccaro si condensa in se stesso.
Come il capo riceue li vapori più che tutti gl'altri membri.
Onde nasce il dolor di testa per il zuccaro.

Il fine del primo Libro.

DEL

DEL MANTENERE IL VENTRE MOLLE SENZA MEDICINE

Di M. Alessandro Petronio da Ciuita Castellana

Libro Secondo.

Opera molto vtile a tutti, ma poi necessaria a quelli, che non possono fare essercitio.

Ridotta dalla Latina nella lingua volgare dall'Eccellente M. BASILIO PARAVICINO da Como.

Del passeggiar della mattina. Cap. I.

IN' HORA *hauemo parlato di quelli cibi, & beuande, che possono lubricar il ventre, & anco d'alcuni altri simili, che lo sogliono stringer; vi sono anco alcune cose, che possono far l'vno & l'altro effetto, come è passeggiare inanti, & dopò il cibo, caualcare, vomitare, mangiare vna volta, ò due il giorno, patir fame, beuer tra pasto, ò solamente dopò pasto, patir sete, vsar il coito, esporsi al Sole, ò al fuoco, sudare, & orinar assai, esporsi alla tramontata, ouero all'austro, lauarsi, vngersi, dormire, vegghiare, star in otio, affatticarsi, farsi metter clisteri, & simili altre cose.*

Quali sono quelle cose, oltre il magiar, & il beuer, che possono lubricar il vētre.

Il passeggiar adunque della mattina estenua gli humori grossi, leggerisce, & conforta la testa, & fa l'vdito, & la vista più vigorosa, lubrica il ventre. Estenua gli humori grossi, perche riscaldandosi il corpo per quell'essercitio, si assottiglia l'humido, il qual poi esce dal corpo, parte per via della respiratione, parte per le narici,

L'effetto del passeggiar la mattina.

Perche il passeggiar la mattina estenua gli humori grossi.

Perche legieriſſe con forta la testa, & fa li ſenſi piu vigoroſi.

parte per la bocca, & parte anco, poiche è ben' alterato dall' eſſercitio, ſi conuerte dal calor naturale in nutrimento, leggieriſce, & conforta la testa, & fa li ſenſi più vigoroſi, perche il ventre riſcaldato, & votato per quello moto, tira à ſe l'humidità di tutt' il corpo, & maßime dalla testa; talche poiche votata ch'è la testa, intieramente gl' inſtrumenti del veder, & dell' vdire ſi purgano bene, & gli huomini rieſcono più allegri. Vi aggiungo queſt' altra ragione, ch'entrando più preſto per quell' eſſercitio maggior quantità d'aria al ceruello per le vene, per l'arterie, & per gli altri meati, eſſo ſi empie molto più che non era, & ſi dilata in maggior ampiezza; talche eſſendo ben penetrato al profondo, & hauendo dilatato tutti li meati, li eſcrementi fatti pronti per vſcir, eſcono ſubito per la bocca, & per le narici, & per gli altri meati fatti più larghi; onde il capo rimane ſcaricato, & li ſenſi purificati, & fortificati. Lubrica il ventre, perche quella materia che ſi cuoce la notte nel ſonno, ſi ritiene per cauſa del ſito per la maggior parte nel ventricolo, & ne gl' inteſtini ſuperiori ſin' alla mattina. Nel qual tempo, mentre, che l'huomo ſi eſercita, & camina, fa piegare, & inchinar al baſſo la bocca del fondo dello ſtomaco, chiamata da latini portinaro, che ſuole volgerſi all' in sù, & inſieme và cõmouendo ingiù il rimanente di tutti gli inteſtini: di maniera che poi la detta bocca dello ſtomaco porge facile vſcita a quella materia (quale ella ſi ſia) che ſopra abondaua nello ſtomaco. Gli altri inteſtini poi che la riceuono di mano in mano, la mãdano bẽ preſto à gli altri, che li ſeguitano, & coſi ſcaricandoſi quella materia dall' vn' in l'altro inteſtino, & al fine arriuando a quello, che ſi chiama colon, che ſempre ſuole eſſer pieno di ſterco, caccia a baſſo quelli eſcrementi ſtercoroſi, ch' in eſſo prima ſi trouano, li quali arriuati quaſi ſubito all' inteſtino retto, eſcono ben preſto fuori del corpo; & a queſto modo ſi dice, che l'eſſercitio muoue il ventre. Se alcuno vorrà contradire a queſta mia opinione, perſuaſo dall' eſſempio di quelli, a i quali ſi chiude il ventre, mentre che caualcano, ſarà coſa ragioneuole auuertir bene, ch'a queſti il ventre ſi batte in sù, & in giù; & queſto medeſimo moto fanno gli eſcrementi, ch' in eſſo ſi trouano, li quali hora ſcendono al baſſo, hora ſaliſcono ad alto, per la ripercuſſione della ſella; onde accade, che quelle materie, che ſempre nel paſſeggiare vanno al baſſo, nel caualcare ſaliſcono con furia ancor alle parti ſuperiori, come ſi conoſce dalli flati, ch' eſcono per la bocca a quelli, che caualcano, & per da baſſo a quelli, che fanno eſſercitio.

Nota vn'altra bella ragione.

Perche lubrica il ventre.

In qual modo l'eſſercitio moue il ventre.

Nota la queſtione che ſi può far ſopra di cio.

Come per il caualcar il ventre ſi ſtringe.

Come l'eſſercitio fatto la ſera può mouer il ventre.

Biſogna però ſaper, ch'anco l'eſſercitio fatto la ſera può mouer il vẽ

tre,

tre; ma questo accade più la mattina, perche a quell'hora quasi sempre si muoue il ventre dopò l'essercitio; cosa che non accade inanti, senon di raro; nè bisogna sperar, che la sera si debbia muouer più spesso inanti, che dopò l'essercitio, poiche di questo non si può assignar alcun'ordine, facendo la natura l'effetto dell'espulsione hora prima, hora dipoi.

Perche la sera non sempre dopo l'essercitio si moue il ventre.

Perche mentre che quasi per tutt'il giorno l'huomo hora stà in piedi, hora passeggia, gli escrementi del ventre possono andar al basso d'ogn'hora, & d'ogni momento, aiutati dalla commodità del sito del corpo, ch'è all'hora dritto; in modo che può facilmente accadere, che subito dopò pranso, ò fra poco tempo, ò almeno fra il pranso, & la cena il ventre faccia qualche euacuatione, la qual sarà più & meno, secondo che la materia sarà pronta à scender, & gl'intestini saranno preparati à riceuerla; talmente che se non è necessario, almeno è probabile, che gli escrementi del ventre si fermino di notte nel corpo, per star all'hora in sito piano; la mattina poi, per il contrario, poiche l'huomo s'è leuato, si scarica da questo peso, non solo perche all'hora è tempo ordinario di mandarlo fuori, ma anco perch'il corpo sta dritto, & di più si muoue in qualche maniera; cosa che gioua mirabilmente à questo effetto; però bisogna concluder, ch'è cosa non solo ragioneuole, ma anco conueniente alla natura, che, per il passeggiar della mattina il corpo si muoua più facilmente, che per il passeggiar della sera. Ma quando alcuno dopò pranso sarà stato troppo à seder, ò almeno troppo à riposo, per il passeggiar alquanto, ma poco (acciò che non si faccia in un subito gran mutatione) inanti cena, potrà in tal caso sperar (ma non sempre) d'hauer quel beneficio di ventre, & gioueuole alla natura, che si suole per ordinario hauer la mattina, perche gli escrementi, che per il riposo del giorno si sono fermati nel ventricolo, & ne gl'intestini superiori, con quello moto fatto inanti cena, anderanno subito al basso, & quasi sforzaranno la natura à cacciar fuori li vecchi escrementi, ch'erano ne gl'intestini inferiori.

Che gl'escrementi si fermano nel corpo la notte.

Perche gl'escrementi escono la mattina più che d'altra hora.

Quando gioua il passeggiar alquato inãti cena.

Il passeggiar poi pian piano, & poco dopò il cibo, ò almeno stare in piedi, non è di poco giouamento à leggierire il ventre.

Perche si come lo star à questo modo dritto, fa ch'il cibo preso di fresco si raduna presto nel fondo del ventricolo, & poi anco facilmente si cuoce (come quasi tutti pensano) così ancora è causa, che gli escrementi, che sono nel ventricolo, & ne gl'intestini, vadano più presto, & più facilmente al basso.

Qual vtile porti il passeggiar pian piano dopo il cibo.

Per il contrario il molto, & vehemente essercitio fatto dopò il cibo

Il gagliardo essercitio dopo pasto stringe il ventre, & perche.

stringe il ventre, perche le carni riscaldate da quello gagliardo moto, tirano à se l'humidità, che sono nel cibo, poco fa preso, & lasciano nel ventre le parti grosse, & solide, le quali, per esser fatte alquanto più sec che, non si possono putrefare con quella facilità, che si putrefariano, s'hauessero seco il suo solito humore, nè possono con l'acrimonia, ò amaritudine, acquistata dalla putredine, stimular la natura all'espulsione, nè manco per se stesse possono facilmente andar al basso.

Il danno che porta l'otio inanti al cibo.

In somma, si come il veloce, & gagliardo essercitio fatto inanti il cibo, & massime la mattina, mollifica il ventre, & fatto dopò il cibo, lo stringe; così l'otio prima humetta, & poi essicca talmente il corpo, che lo fa alle volte diuentar tabido.

Del vomito. Cap. II.

QVANTO al vomitare, quando alcuno prende cibi acerbi, & austeri, & piglia ciò che mangia, presto, & con grande auidità, se per sorte vomita inanti che quello c'ha mangiato si conuertisca in chilo, spesso accade, che il corpo, che prima forse era lubrico, si fa stittico; ma quando pigliarà cose acri, salate, grasse, & dolci, così di cibi, come di beuande, & non vomitarà subito, ma di là ad vn pezzo, se il ventre sarà stittico, si muouerà alquanto, ma non per questo si farà lubrico, perche lo stomaco s'humetta prima dalla pienezza di quello cibo; & tanto più, perch'è liquefatto da quella fatica; ma poi (perche quello cibo si euacua) si smagrisce alquanto, ma il giorno sequente si essicca notabilmente, & massime se pigliarà poco nutrimento.

Quando il ventre si fa stittico.

Quando si moue al quanto.

Che non bisogna vomitar quando si vole lubricar il ventre.

Talche s'ha da concluder, che non bisogna vomitar, quando si vuole lubricar il ventre.

Del mangiar vna volta, ò due il giorno. Cap. III.

Il danno che sente l'huomo per mangiar vna volta il giorno.

IL MANGIAR vna volta sola il giorno, estenua, essicca, & ferma il ventre (come hauemo detto anco nel primo libro) perche la fame essicca il ventre, come fa anco il corpo, & il calor naturale, per non hauer a bastanza di che nutrirsi; consuma l'humidità del ventre,

& delle carni; & a questo modo essicca, & ferma il ventre.

Il mangiar poi due volte il giorno, humetta, empie il corpo, & lubrica il ventre, perch'il calor naturale, trouando due volte il giorno nuoua sorte di nutrimento, & essendo più suaue il nuouo, che il vecchio, lo tira a se, l'vnisce con il corpo, il qual perciò si accresce: rifiuta poi il cibo vecchio, & lo lascia nel ventre, come cosa inutile, & ingrata, il qual conseruando ancor la sua propria humidità, per il poco spatio, ch'è tra vna cibatione, & l'altra, & cacciato ogni giorno al basso dal nuouo cibo, che si prende, è necessario, ch'anco si smaltisca, & ch'esca più facilmente.

L'vtile che seguita per mangiar due volte il giorno.

Come esce l'escremento del ventre.

Del beuer solamente dopò il cibo, & con il cibo. Cap. IIII.

S'Alcvno non beuerà a mezo il pasto, ma solamente dopò c'ha finito da mangiare, & massime per vn pezzo dopoi; è necessario, che se li chiuda il ventre, perche l'humor secco prodotto dalli cibi secchi, inanti che beua, essicca il corpo, & ferma il ventre: per il contrario, se beuerà spesso mentre che mangia, hauerà il ventre molle, & lubrico, perche il cibo preso con tanta humidità humetta il corpo, & il ventre, & fa il ventre lubrico: doue che per patir sete, il ventre si fa stittico, perche il cibo si essicca nel ventre.

Il danno che seguita per non beuer a pasto.

Et però è di gran giouamento per lubricar il ventre beuer alquanto più a pranso, ò a cena, acciochè il cibo si faccia più humido, & più facilmente si cuocia; nè bisogna hauer paura, che per questo il cibo nuoti nel ventricolo, perche se non si fa sentir nelle fauci, nè muoue nausea; & dopò che l'huomo ha mangiato, non si sente pigro, & da poco, & ha la respiratione libera, & facile, & dorme bene, & dopò c'ha dormito, si sueglia allegro, & non tristo, è segno, ch'il cibo non ha nuotato nello stomaco, & ch'è cosa sana à beuer à questo modo. Et questo si crede, che fosse in vsanza ancora appresso gli antichi (si come accenna Aristotele nella vigesimaseconda settione delli Problemi) mentre che ricerca, se si deuono mangiar confettioni dopò pasto, & à qual fine; & dice, che questo s'ha da far per beuer alquanto più, perche non bisogna beuer solamente per quella sete, che l'huomo sente nel mangiar li primi cibi, ma giona ancora à beuer alquanto dopoi.

Come è meglio beuer alquato più, che alquanto meno.

Come gl'antichi beueuano al quanto più del suo bisogno.

Questo dice Aristotele.

Del

Del coito, del Sole, del foco, dell'ombra, & del freddo. Cap. v.

Come per il coito si può il corpo humettare, ma però il ventre non si può far lubrico.

LO SMISVRATO *coito estenua, per l'euacuatione che fa, perche l'huomo se vi affatica, si scalda: ma se per quella fatica si fa qualche liquefattione, che pur resti nel corpo, ne seguita, ch'il corpo si humetta; realmente però non lubrica il ventre, & se bene liquefa alquanto gli humori, fa però il corpo secco.*

Il sole, & il foco essiccano il corpo.

Il Sole, & il foco essiccano, perche essendo di qualità caldi, & secchi, tirano, & cauano l'humidità fuori del corpo.

L'ombra & il freddo humettano se non sono eccessiui

L'ombra poi, & il freddo, se non sono eccessiui, humettano, perche è più l'humor che danno ad altri, che non è quello che riceuono; talche il Sole, & il caldo non giouano per lubricar il ventre: l'ombra poi, & il freddo non gli sono puntocontrarij.

Del sudar. & orinar assai.

Il sudar assai fa il ventre stittico.

IL SVDAR *spesso, & assai (perch'à questo modo si consuma l'humidità del corpo) estenua, & essicca, & è contrario per lubricar il ventre, perche caccia alla pelle la maggior parte dell'humor, che può far questo effetto.*

L'orinar assai fa il ventre stittico.

Cosi ancor l'orinar assai (purche non venga dal troppo beuer) con il diuertir l'humidità dal ventre alle vie dell'orina, stringe il ventre:

Il vento Aquilone stittica il ventre, & l'austro lo lubrica.

& è da saper, ch'il vento Aquilone stittica il ventre, & l'Austro lo lubrica.

Del Bagno. Cap. vI.

Perche il bagno d'acqua dolce se bene humetta, non però fa il ventre lubrico.

IL BAGNO *d'acqua dolce humetta, & rifresca, perche essendo di virtù humido, & freddo, altera il corpo delle medesime qualità: non per questo però lubrica il ventre, perche se sarà temperato in calidità, mollifica, & accresce il corpo; empie poi le parti esteriori, & essicca gli intestini: ma se serà troppo caldo, essicca le parti humide del corpo, & humetta le membrane, le cartilagini, & li cordoni; le quali parti, poiche sono humettate, producono debilità, & mancamento d'animo, & quelle essiccate, producono siccità, & sete. Se poi l'huomo entrarà nel ba-*

Ciò che seguita quando l'huomo entra nel bagno adigiuno.

gno a digiuno, si rifrescarà, & si estenuarà, perche con il caldo caua l'humidità dal corpo, il qual poi si raffredda, per esser la carne votata della sua natural humidità. Ma s'hauerà mangiato, lo scaldarà, & l'humettarà: & questo fa spargendo in maggior spatio gli humori, che sono nel corpo: se sarà freddo, fa l'effetto contrario, & in certo modo scaldarà il corpo, quando è vacuo, purche non sia troppo debile: quando poi hauerà mangiato di poco, causa siccità, con impedir, che l'humido non si sparga per il corpo: in qual si voglia modo che si faccia, per se stesso non muouerà mai il ventre,

Come il corpo si scalda, & humetta quando l'huomo entra nel bagno dopò il cibo.

Quando il bagno dopo il cibo causa siccità al corpo.

Il bagno per se stesso non moue mai il ventre.

L'effetto istesso s'ha d'aspettar dal bagno dell'acqua salata, quanto spetta a lubricar il ventre, perche l'acqua salata essendo naturalmente calda, tira dal capo l'humidità; & per questo scalda, & essicca.

L'acqua salata scalda, & essicca.

Delle ontioni.

Quelli, che sono soliti a farsi lauare, & farsi ongere, & non lo fanno, s'essiccano, & se gli stittica il ventre, perche gli manca quell'humore, il quale li soleua humettare: & benche l'ontione scaldi, humetti, & mollifichi, non può però penetrar, senon per accidente, sin dentro nel ventre, perche fa principalmente il suo effetto di fuori.

Il ventre si stittica a quelli che, essendo soliti, non si fanno lauar, & ongere.

Come l'ontione nō può lubricar il ventre.

Del Sonno. Cap. VII.

Il sonno, che si fa di notte, & secondo l'ordine natural, non ha più particolare virtù a lubricar il ventre, di quello c'habbia la vigilia natural del giorno, perche se bene humetta, questo è, non perche humetti gl'intestini, ma perche sparge il nutrimento per tutt'il corpo, poiche altrimenti non pare, che per se stesso possa muouer, ò fermar il ventre: in quanto però si stima, che humetti il corpo di dentro, & di fuori, sarà più presto di vtile, che di danno a lubricar il ventre (si come s'è detto nel principio.) Il sonno non molto longo estenua, & rifresca quelli, che dormono a digiuno, & c'hanno fame, perche consuma, & euacua l'humidità intrinseca: se poi è longo, è in tutti li modi cattiuo, perche scalda troppo, liquefa le carni, dissolue il corpo, & causa debilità: nessuno d'essi lubrica il ventre, perche quello, che poco dura, estenua, il longo liquefa, & ambidoi essiccano: ma se sarà moderato, ingagliardisce, & conforta il corpo di colui, il qual è digiuno, ma non ha

Il sonno per se stesso se bene humetta nō può però lubricare il ventre.

Qual è il sonno che rifresca, & estenua.

Il danno che porta il sonno longo a digiuno.

L'vtile che porta il sonno moderato.

però

però ancora cotto il cibo preso inanti, & non ha fame, & appresso l'aiuta a far buona concottione. Il sonno poi fatto subito dopò il cibo, spande il nutrimento per il corpo, humetta, scalda, ma nessuno d'essi prouoca il ventre.

L'effetto del sonno fatto subito dopo il cibo.

Della vigilia.

L'effetto del nō dormir per vn pezzo a quelli c'hanno mangiato assai.

L'effetto del nō dormir nan hauēdo prēso cibo alcuno.

LO STAR molto tempo suegliato, causa indigestione, & nuoce fuor di modo a quello, c'ha mangiato assai, perche impedisce, ch'il cibo non si liquefaccia; il che si conosce, perche si sente per vn grā pezzo nello stomaco: & se non ha mangiato cosa alcuna, l'estenua bene, ma poi non l'offende tanto; & perche in generale essicca, ferma anco il ventre.

Dell'otio, & della fatica.

Come dall'otio il corpo nō si nutrisse.

La troppo fatica, & il troppo otio fermano il ventre.

L'effetto della fatica, & dell'otio.

L'OTIO prima humetta, come di sopra hauemo detto, ma in tanto il calor naturale mezo dormentato non piglia l'humidità dal nutrimento; onde auuiene, ch'il corpo non si nutrisce, si smagrisce, & all'vltimo si essicca. La fatica poi, ancorche faccia il corpo robusto, non dimeno essicca; talche è necessario, che l'huomo stia nè troppo in otio, nè manco in continuo essercitio, perche & l'vno & l'altro ferma il ventre, poiche la fatica moderata non è di manco causa di sanità, di quello, che sia il riposo proportionato alla fatica, il qual riposo non lascia essiccar gli humori, che sono nel corpo, & la fatica eccitando il calor naturale, caccia à basso le superfluità, che sono & nel ventricolo, & ne gli intestini; talche & l'vno & l'altro è molto vtile à lubricar il ventre.

In qual modo la fatica, & l'otio proportionati sono vtili a lubricar il ventre.

Delli Cristieri. Cap. VIII.

FINALMENTE, ancorche nel primo, ò nel secondo, & ancor più giorni non si veda effetto alcuno di lubricità, con tutto che l'huomo habbia benissimo osseruato tutte queste regole, non però bisogna restar di perseuerar in questo, perche molte volte accade, che tali rimedij non giouano così presto, ma con spatio di qualche giorni; & però non bisogna biasmarli. Fin tanto adunque, ch'il ventre si muoue, non s'ha da stimular con medicamento alcuno, nè con cristieri forti, perche spesso l'vso frequente di tali rimedij porta qualche pericolo, poiche con essi il corpo

Come può esser che questi rimedij non giouaranno così presto.

il corpo piglia vna consuetudine di non nutrirsi; & per questo poi si fa debile, ma con cristieri fatti con qualche cosa grassa, ò di oglio in poca quantità, come saria di oncie otto, ò dieci, accioche s'intratenga molto più tempo, & mollifichi più il corpo; & questi si possono far l'estate di oglio violato, ò rosato, ò di qualche altra simil sorte: l'inuernata ò di oglio commune, ò di mandole, & massime dolci, ò di butiro, il quale anco si può ridurre in forma di soppositta, congelato prima dal freddo. Et tutte queste cose giouano fuor di modo: & però Galeno nel quinto di conseruar la sanità, dice, che si trouano alcuni, che s'allegrano, quando hanno hauuto gran beneficio del corpo; ma alle volte accade, che quanto maggior sarà stata quella euacuatione, tanto più il ventre se gli chiude nelli giorni sequenti; ma con li cristieri fatti d'oglio gli escrementi secchi si humettano, & il viaggio loro si fa più facile.

Così dice Galeno.

Come l vso de' medicamenti, & di cristeri forti è pericoloso.

Quali clisteri sono buoni in questo caso.

Come hanno d'effetti clisteri d'inuerno, & d'estade.

Come alle volte il ventre si chiude dopo vna larga euacuatione.

Dell'ordine, che richiedono quelle cose, che lubricano il ventre. Cap. VIIII.

MI PARE *d'hauer ragionato assai sopra quelle cose, c'ho promesso poco fa di trattare, cioè dell'essercitio, che s'ha da far inanti, & dopò il cibo, del vomito, del riposo, della fatica, & di quelle cose, che alcuni pensano, che possano lubricar, & stringer il corpo. Resta hora, che dichiariamo quello, c'hauemo proposto in vltimo di ricercar, cioè con qual ordine si deueno pigliar le cose lenitiue del ventre, & gli altri cibi. Perche sò benissimo, che tra li Medici è notabil controuersia, de' quali la maggior parte commanda, che tutte queste cose si deueno pigliar auanti gli altri cibi, perche se si pigliano dopoi, affrettando l'vscita de gli altri fuori del ventricolo, sono poi causa, ch'il corpo non si nutrisce; talche se saranno presi inanti, apparecchiano la strada più facile à quelli, che si pigliano in vltimo, poiche però saranno ben cotti: & questo si crede che sia necessario più nelli frutti, che si chiamano horarij, che in qual si voglia altro cibo, come quelli, che presi dopò gli altri, per esser tanto facil al putrefarsi, fanno, ch'anco gl'altri facilmẽte si putrefanno; onde ne nasce poi, che tutta la concottione si confonde, & si corrompe.*

Come alcuni credono che le cose lenitiue si deueno pigliar inanti gli altri cibi.

La causa di questa opinione.

Quali cibi s'intendano sotto questa regola.

Alcuni sono di contraria opinione, credendosi, che tutti li cibi, men-

Come il sale moue il ventre.

Il danno che porta il sale preso in molta quantità.

più, & meno (si come si può conoscer al gusto) se sarà preso con li cibi grossi, & solidi (come si suol fare) stimula il ventre: ma quando se ne prende in troppo quantità, perche liquefa, & estenua insieme, debilita la vista, & sminuisce il seme genitale.

Dell'Acqua commune, & medicinale. Cap. VIIII.

L'acqua smagrisse.

L'ACQVA, *ò calda, ò fredda che si beua, smagrisce, perche ò non da nutrimento alcuno, ò se lo dà, è molto poco, non potendosi quasi mai ingrossare: quella che si beue freddissima, prohibisce, ch'il calor nostro non sparga in più parti l'humido naturale, il qual per questo si congela nel corpo; & però ferma il ventre, eccetto se fa l'effetto contrario, quando è presa in grande quantità; & spesso è causa, che l'huomo genera delle arene, massime quando si beue l'acqua rifrescata con la neue.*

Il danno che porta l'acqua beuuta freddissima.

Quãdo l'acqua freddissima ferma il ventre, & quãdo lo moueno.

Come per esse si generano arene.

La qualità dell'acqua che pioue.

Se l'acqua piouana astringe, si come dice Celso nel secondo libro, & Galeno nel settimo de' medicamenti locali, non è buona per lubricar il ventre.

Tutte l'aeque medicinale stringono il ventre.

Ogni sorte d'acqua medicinale, se si beue à passo, (come alcuni sogliono far, ò con il vino, ò senza vino) sempre stringe il ventre, perche essicca, & fa il chilo molto più grosso: cosi dice Hippocrate nel libro dell'aria, & dell'acque; doue parlando delle medicinali dice, che tutte passano con difficultà per la via dell'orina, & sono contrarie all'euacuatione del ventre.

Passano ancor con difficoltà alla via dell'orina.

Di questo si è tratta to in vn'altro loco.

A voler poi ricercar la causa, per la quale prese in molta quantità liberino quelli, che patiscono di calcoli, come si crede quasi da tutti, ch'intrauenga à quelli, che frequentano li bagni naturali, è materia d'vn'altro proposito, & non di questo.

Delli Vini. Cap. x.

Tutti li vini sono caldi, & secchi.

TVTTI *li Vini sono caldi, & secchi, & appresso nutriscono, & molto più quelli, c'hanno odore, in rispetto di quelli, che non l'hanno; purche però siano d'vna medesima etade, perche questi sono*

sono più cotti, come anco sono più cotti li grossi, che li sottili. Tutti li vini, per parlar in generale, sono atti più presto à fermar il ventre, che à lubricarlo (eccetto forse li vini nuoui) perche tutti prouocano l'orina, & fanno il chilo più grosso, & più secco (come si vede nella carne cotta nel vino) & questo è causa, che non può così facilmente andar à basso: talche quelli che sono di natura più sottili, con il suo calore aprono le bocche delle vene, v'entrano dentro, & menano seco altre materie, & passano à furia per la via de l'orina, poi c'hanno essiccato il ventre: se poi un vino sarà comparato all'altro, si potrà dire, che fa il ventre lubrico, & l'altro lo fa stittico.

Tutti li vini fermano il ventre eccetto li noui.

Tutti li vini prouocano l'orina, & fanno il chilo grosso, & secco.

Come li vini sottili prouocono l'orina.

Come il vino può far il ventre lubrico.

Li vini dolci adunque gonfiano, humettano il corpo, & conducono sempre qualche materia fuori del corpo, quando son ben penetrati ne gl'intestini: il che accade, quando se ne beue in honesta quantità, escono per quella via più facilmente, che non fanno gli altri vini.

Alcune qualità delli vini dolci.

Gonfiano adunque, perche dando al corpo molto humore, il quale è atto à nutrir, & è molto grato alla natura, & empiendo presto le prime vene, il fegato, & la milza, è necessario, ch'anco facciano qualche tumore.

In qual modo gonfiano.

Humettano il corpo, perche danno più nutrimento, che gli altri vini; tal che quanto più nutriscono, tanto maggior humidità portano à tutt'il corpo, la qual però è differente dall'altre sorti di humidità: perche questa nutrisce, & le altre non. Leuano qualche cosa fuori del corpo, perche con la sua dolcezza hanno un poco dell'astersiuo; se pigliano la via de gl'intestini, calano più facilmente al basso, che gli altri vini, & massime se l'huomo ne beue in copia, perche alterano di maniera li membri doue passano, & massime se sono di natura pituitosi, come sogliono quasi sempre esser gl'intestini, che se sono stretti, li largano; se sono freddi, li scaldano; se sono secchi, li humettano: le quali cose tutte non solo non fanno il ventre stittico, ma più presto lo fanno molto più lubrico, che non era: eccetto se forse vi fosse una qualche insolita, & strauagante sete.

In qual modo li vini dolci humettano il corpo.

In qual modo l'humidità del viuo dolce è differente dalle altre.

In qual modo li vini dolci leuino qualche cosa fuori del corpo.

Quando li vini dolci non lubricano il ventre.

Li vini neri, & austeri sono secchi, nè giouano à lubricar il ventre, nè à prouocar l'orina, nè fanno saliua, come quelli, che poi che sono beuuti, fanno la bocca secca, consumano gli humori nel corpo, & fanno il ventre stittico.

L'effetto delli vini neri, & austeri.

Quelli però, che se ben sono neri, sono piaceuoli, & delicati, ma non dolci, sono più humidi, che gli altri neri; gonfiano però, & escono per il ventre più facilmente; sono più humidi, perche nutriscono

Alcune qualità del vino nero non dolce, ma delicato.

Perche sono humidi.

più (come hauemo detto) gonfiano, perche quanto più suaue, & più più humido è il nutrimento, che danno, tanto più fanno il corpo gonfio (come hauemo detto delli viui dolci) escono poi per gl'intestini, perche se vi arriuano, non vi s'attaccano, come fanno gli austeri; & però escono facilmente per quella via.

Perche lubricano il ventre.

Alcune qualità delli neri dolci.
La causa perche sono piu humidi.

Li neri dolci sono più humidi di questi altri, & passano più facilmente per gl'intestini: scaldano, & insieme gonfiano: sono più humidi, perche nutriscono più, poiche danno più humido naturale all'huomo: & se se ne beue in copia, passano tanto più facilmente per il vētre, quanto più sono dolci (come di sopra hauemo detto) scaldano più, perche sono più vinosi: gonfiano, perche dando molta copia di nutrimento humido, & suaue, empiono troppo.

Perche scaldano più perche gonfiano.

Alcune qualità delli vini bianchi, & dolci.
Et come s'intendono bianchi.
Perche prouochino l'orina.
Perche mouino il vētre.
Perche humettano il corpo.
Perche augumētano il sangue.

Li bianchi, & dolci (chiamo bianchi quelli, che non sono nè neri, nè rossi) prouocano più l'orina, che li neri, muouono il ventre, purche siano calati à gl'intestini (come hauemo detto) humettano il corpo, augumentano il sangue, sono causa di debilità à quelli che li beuono: prouocano più l'orina, perche sono più sottili; talche passando per le vene, cascano più facilmente alla vesica: muouono il ventre, perche hanno la virtù delli vini dolci: humettano il corpo, perche nutriscono, & somministrano l'humore, che dà nutrimento; il qual'humore è tanto più humettatino dell'acqua, ò di qualche altra cosa simile, quāto più si sparge per tutt'il corpo: augmentano il sangue, perche nutrendo, & spargendosi con la sua sottigliezza per tutt'il corpo, assottigliano parimente anco il sangue, & di più estendono la sua sostanza in maggior quantità, & maggior ampiezza: tal che per esser di più sottil, & più debile sostanza, che gli altri vini, non è marauiglia, se fanno gli huomini non robusti, ma debili: se poi saranno più leggieri, perche più facilmente, & in maggior copia se ne beue, si rinouano li vecchi dolori podagrici, ò che li fanno nascer, non hauendoli mai l'huomo patito, come si stima che siano li vini trebiani dolci.

Perche fanno li huomini debili.
Perche causino dolori di podagra.

Nota gl'effetti delli vini trebiani dolci.

Alcune qualità delli vini bianchi austeri.
Perche scaldano.

Li bianchi austeri scaldano, & escono più facilmente per l'orina, che per il ventre: scaldano, non solo per esser vini, poiche tutti li vini scaldano, (come già hauemo detto) ma anco perche passano facilmente à tutti li membri, per esser tanto sottili: nutriscono anco, & si fermano in tutte le parti, doue vanno, per la virtù astringente che hanno,

Perche passino più facilmente per l'orina, che per il ventre.

Poiche adunque ogni sorte di nutrimento augmenta il calore, & si sparge non per vna parte sola, ma per tutto il corpo, & iui si ferma

per

per notabil tempo, bisogna conchiuder, che ancor scalda: escono poi più facilmente per l'orina, che per il ventre, perche essendo tanto spar si per tutt'il corpo, passano facilmente alle vene, alle reni, & poi alla vesica: & à questo modo escono presto per via dell'crina.

Alcune qualità delli vini acidi.

Li vini acidi, comparati à gli altri vini, rifrescano, assottigliano, & humettano: rifrescano, & assottigliano, perche penetrando à tutt'il corpo con la sua acidità, cacciano fuori l'humido naturale: humettano poi, perche mentre che si conuertono, ma non sono ancor conuertiti in aceto, hanno seco mescolata l'acqua, la qual entrando con il vino alle parti interiori del corpo, le altera dell'istessa humidità.

Perche rifrescano, & attennuano.

Perche humettano.

Di qual virtù siano li vini mediocri.

Li vini mediocri, cioè che non sono nè dolci, nè suaui, nè austeri, nè acidi, s'hanno da giudicar di qual virtù siano, secondo che più, ò meno s'accostano à questi, & à quelli.

Le qualità delli vini molto sottili.

Tutti li vini, poiche sono molto sottili, & che si chiamano stillati, ò bianchi, ò neri che siano, prouocano l'orina, (come ogn'vno sa) & non il ventre: sono di danno à quelli, c'hanno il capo debile, & che per poca causa gli duole, perche con la sua sottigliezza corrono con furia al ceruello, & ostinatamẽte iui si cacciano, doue quando sono giunti, si come il ceruello presto li riceue, & poiche sono riceuuti, con difficultà li caccia fuori per gl'intrichi delle vene, & dell'arterie, ch'in esso sono; cosi fermandosi in detto luogo, pungono, estendono, & scaldano le membrane del ceruello, & à questo modo causano dolore.

In qual modo sono di danno a quelli c'hanno la testa debile.

La differentia, che è tra li vini noui, & vecchi in quanto al penetrare.

Li vini noui, ò dolci, ò suaui, ò austeri che siano, de' quali niente quasi certo si conosce, perche sono simili al mosto, scendono più facilmente per il ventre: per il contrario li vecchi si rendono manco per il ventre, ma principalmente per la via dell'orina.

Per qual causa il mosto leua qualche cosa dal corpo, conturba, & moue il ventre.

Il mosto gonfia, leua sempre qualche cosa dal corpo, conturba, & muoue il ventre: gonfia, perche riscaldandosi si conuerte in spirito: leua qualche cosa, perche netta, conturba, & passa per il ventre, perche iui bolle.

Per qual causa il mosto cotto scalda, humetta, leua qualche cosa dal corpo, & nõ ferma il ventre.

Il mosto cotto scalda, humetta, & leua qualche cosa dal corpo, non ferma il ventre: scalda, perche è vinoso: humetta, perche nutrisce: leua qualche cosa, perche è dolce, & netta: non ferma il ventre qua si per la medesima ragione; alcuni pensano che il nero stringa il ventre, & che il bianco lo mollifichi: ma io dico, che l'vn' & l'altro è mosto cotto, & quasi abbrusciato dal foco, sin tanto però, ch'è dolce, & non mostra alcuna qualità astringente, ò bianco, ò nero che sia, per se stesso non

Come il mosto nero non puo stringer il ventre.

so non potrà mai stringer il ventre, poiche non si potrà tanto essiccar dal fuoco, che con tirar l'humore da gli altri membri, & consumandolo, possa astringer il ventre.

Dell'Aceto.

Perche l'aceto rifreschi, & più presto stringa che lubrichi il corpo.

L'ACETO *rifresca, & più presto è causa di stitticità, che di lubricità: rifresca, perche consuma l'humido naturale con liquefarlo: ferma il ventre, perche non dà nutrimento alcuno, & è acuto, & di più si caccia nelle parti molto intrinsiche, & poiche vi è entrato, si ferma, & essicca: ma se troua qualche humore grosso nel ventre (secondo Galeno) lo taglia, & lo caccia al basso, & à questo modo humetta le fecci.*

Come humetta le fecci.

Del Mele. Cap. xI.

Alcune qualità del mele.

IL MELE *mangiato con modo con altri cibi, nutrisce, fa buon colore, lubrica il ventre, prouoca l'orina, ma mangiato solo, & in molta copia, si cuoce con difficultà: gonfia, satolla, & in somma è più attenuante, che ristoratiuo: nutrisce, non solo perche è specie di nutrimento, ma ancora, perche composto con altri cibi, è causa che per la sua dolcezza essi passino facilmente per tutt'il corpo, & che con piacere siano tirati dalli membri, perche tutti si nutriamo di dolce, ò di cosa composta con dolce (si come fin'adesso ogn'vno crede) fa buon colore, perche le parti dilettatesi della sua dolcezza, composta con altri cibi, tirano à se molto nutrimento, lo ritengono, & lo conuertono in se stesse; onde il calor naturale s'augumenta: & per questo poi essendo cresciuto il natural nutrimento, il color si fa tanto bello. Mollifica il ventre, non solo per esser acre, ma anco perche è dolce, & ha alquanto del lento, & dell'astersiuo: prouoca l'orina per le medesime ragioni, eccetto che vi è questa differenza, che lubrica, in quanto che passa à gl'intestini; prouoca poi l'orina, in quanto che passa alla via delle reni: ma se l'huomo lo prenderà solo, & in molta quantità, si cuoce con difficultà, perche hauendo possanza di conseruar l'altre cose, che non si corrompino, è necessario, che anche esso con difficultà si corrumpa: & queste cose tali si cuoceno con difficultà (come dice Galeno nel primo de gli alimenti) & massime se sarà in molta copia: gonfia, perche si*

Perche il mele nutrisce.

Perche il mele fa bõ colore.

Perche il mele lubrica il ventre.

Perche il mele prouoca l'orina.

Perche il mele preso solo, & in copia si cuoce con difficultà.

spande

ſpande in molta ampiezza, di poco ſpatio che prima occupaua; & con queſto ritiene ancor la ſua dolcezza; ſatolla, perche eſſendo tanto deſiderato da gli altri membri, per la ſua dolcezza, quando vi è giunto, ſtendendoſi più che non era, empie anco più.

Perche il mele gõfia.
Perche il mele ſatolla.

Attenua più che non riſtora, perche euacua gli humori per via dell'orina, & del ventre, più di quello che conuiene.

Perche attenua più che non riſtora.

Quando poi è preſo in copia ſenza altri cibi, ò ſe pur ſi prendono, ſono molto pochi, ſi come è neceſſario che ſi ſparga per il ventricolo, per gl'inteſtini, per le vene, & per il reſto del corpo; coſi quando è in molta copia, paſſando per la ſua acrimonia, & abſterſione per il ventre, & per la veſica, è neceſſario che purghi tanto più il corpo, & lo faccia magro, & eſtenuato.

Come il mele fa il corpo magro.

Del Zucchero. Cap. xii.

IL ZVCCHERO preſo con modo, inſieme con altri cibi, dà aſſai buon nutrimento, quaſi come fa il mele: ſomminiſtra lo augumento à quelle parti, che lo poſſono pigliare: fa buon colore, prouoca l'orina, & il ventre: & tutto queſto fa con la ſua dolcezza, ò con il ſuo lentore, il qual però è poco, ò con ambidoi; talmente che da quello che s'è detto del mele, facilmente ſi potrà intendere anco la virtù del zucchero, comparando gli effetti dell'vno à gli effetti dell'altro.

Alcune qualità del zucchero.

Ma ſe ſarà preſo ſolo, & in molta copia, ſi cuoce con difficultà: gonfia, & ſatolla; gioua però alla concottione in alcuni, li quali dopò c'hanno ben mangiato, ne pigliano vn pochetto, che quaſi leua tutta la ſatietà: ma ſe ſi mangia in maggior quantità, eccita il dolor di capo: (ſi come dice vn' Autor Greco) ſi cuoce con difficultà, perche ſi corrompe con difficultà (come hauemo detto del mele) ma è anco più difficil da cuocer del mele, quanto più è prodotto duro, & tenace dalla natura, & poi anco dall'arte: gonfia, perche è compoſto con qualche humore: ſi eſtende in molta grandezza, & mole, doue prima occupaua poco ſpacio: ſatolla, perche empie facilmente (come s'è detto del mele) porta giouamento à quelli, c'hanno mangiato aſſai, ſe dopò quel paſto l'huomo ne pigliarà in poca quantità, perche eſſendo tanto deſiderato dalla natura, ſe per ſorte ſarà poſto ſupra qualche cibo, che nuoti nello ſtomaco, & che faccia nauſea, mentre che con tanto affetto è tirato dalla natura, fa che quelli cibi vanno ſeco al baſſo, & non poſſono ſalir

Danni, & vtili che porta il zuccaro.
Perche ſi cuoce con difficultà.
Per qual cauſa il zuccaro è più difficil da cuocere del mele.
Perche il zuccaro gõfia.
Perche il mele ſatolla.

Perche preso dopò posto gioua a quelli c'hanno mangiato assai.

salir ad alto, anzi per esser sempre tanto grato all'huomo, eccita quasi l'appetito perso; & à questo modo leua alle volte la saturità, se l'huomo ne piglia in quantità, & massime se sarà vecchio: produce dolor di capo, (come dice vn' Autor Greco) perche si come le mandole prouocano il sonno con il suo vapore, il qual facilmente si condensa in latte, & se se ne piglia in gran quantità, producono dolor di testa; cosi accade al zuccaro, il qual per conuertirsi dall'arte in vna sostanza quasi di pietra, & dalla natura, si constringe, & si condensa forte in se stesso, portato per via delli suoi vapori al capo, il qual per la sua capacità è atto a riceuer tal cosa, più che tutti gli altri membri, mentre che si mette all'impresa per constringerlo, & per condensarlo, chiude insieme con esso altri vapori, & altri humori, li quali serrati in se stessi, non si possono purgare; onde poi per quella pienezza, ne nasce il dolore del capo.

Come causa dolor di testa.

Come le mandole prouocano il sonno, & il dolor di testa.
Come il zuccaro si condensa in se stesso.
Come il capo riceue li vapori più che tutti gl'altri membri.
Onde nasce il dolor di testa per il zuccaro.

Il fine del primo Libro.

DEL

DEL MANTENERE IL VENTRE MOLLE SENZA MEDICINE

Di M. Alessandro Petronio da Ciuita Castellana

Libro Secondo.

Opera molto vtile a tutti, ma poi necessaria a quelli, che non possono fare essercitio.

Ridotta dalla Latina nella lingua volgare dall'Eccellente M. BASILIO PARAVICINO da Como.

Del passeggiar della mattina. Cap. I.

IN' HORA *hauemo parlato di quelli cibi, & beuande, che possono lubricar il ventre, & anco d'alcuni altri simili, che lo sogliono stringer; vi sono anco alcune cose, che possono far l'vno & l'altro effetto, come è passeggiare inanti, & dopò il cibo, caualcare, vomitare, mangiare vna volta, ò due il giorno, patir fame, beuer tra pasto, ò solamente dopò pasto, patir sete, vsar il coito, esporsi al Sole, ò al fuoco, sudare, & orinar assai, esporsi alla tramontata, ouero all'austro, lauarsi, vngersi, dormire, vegghiare, star in otio, affaticarsi, farsi metter clisteri, & simili altre cose.*

Quali sono quelle cose, oltre il magiar, & il beuer, che possono lubricar vētre.

Il passeggiar adunque della mattina estenua gli humori grossi, leggerisce, & conforta la testa, & fa l'vdito, & la vista più vigorosa, lubrica il ventre. Estenua gli humori grossi, perche riscaldandosi il corpo per quell'essercitio, si assottiglia l'humido, il qual poi esce dal corpo, parte per via della respiratione, parte per le narici,

L'effetto del passeggiar la mattina.

Perche il passeggiar la mattina estenua gli humori grossi.

Perche legieriſſe con forza la testa, & fa li ſenſi piu vigoroſi.

parte per la bocca, & parte anco, poiche è ben' alterato dall' eſſercitio, ſi conuerte dal calor naturale in nutrimento, leggieriſce, & conforta la teſta, & fa li ſenſi più vigoroſi, perche il ventre riſcaldato, & votato per quello moto, tira à ſe l'humidità di tutt' il corpo, & maſſime dalla teſta; talche poiche votata ch'è la teſta, intieramente gl' inſtrumenti del veder, & dell' vdire ſi purgano bene, & gli huomini rieſcono più allegri. Vi aggiungo queſt' altra ragione, ch'entrando più preſto per quell' eſſercitio maggior quantità d'aria al ceruello per le vene, per l'arterie, & per gli altri meati, eſſo ſi empie molto più che non era, & ſi dilata in maggior ampiezza; talche eſſendo ben penetrato al profondo, & hauendo dilatato tutti li meati, li eſcrementi fatti pronti per vſcir, eſcono ſubito per la bocca, & per le narici, & per gli altri meati fatti più larghi; onde il capo rimane ſcaricato, & li ſenſi purificati, & fortificati. Lubrica il ventre, perche quella materia che ſi cuoce la notte nel ſonno, ſi ritiene per cauſa del ſito per la maggior parte nel ventricolo, & ne gl' inteſtini ſuperiori ſin' alla mattina. Nel qual tempo, mentre, che l'huomo ſi eſercita, & camina, fa piegare, & inchinar al baſſo la bocca del fondo dello ſtomaco, chiamata da latini portinaro, che ſuole volgerſi all' in sù, & inſieme và cõmouendo ingiù il rimanente di tutti gli inteſtini: di maniera che poi la detta bocca dello ſtomaco porge facile vſcita a quella materia (quale ella ſi ſia) che ſopra abondaua nello ſtomaco. Gli altri inteſtini poi che la riceuono di mano in mano, la mãdano bẽ preſto à gli altri, che li ſeguitano, & coſi ſcaricandoſi quella materia dall' vn' in l'altro inteſtino, & al fine arriuando a quello, che ſi chiama colon, che ſempre ſuole eſſer pieno di ſterco, caccia a baſſo quelli eſcrementi ſtercoroſi, ch'in eſſo prima ſi trouano, li quali arriuati quaſi ſubito all' inteſtino retto, eſcono ben preſto fuori del corpo; & a queſto modo ſi dice, che l'eſſercitio muoue il ventre. Se alcuno vorrà contradire a queſta mia opinione, perſuaſo dall' eſſempio di quelli, a i quali ſi chiude il ventre, mentre che caualcano, ſarà coſa ragioneuole auuertir bene, ch'a queſti il ventre ſi batte in sù, & in giù; & queſto medeſimo moto fanno gli eſcrementi, ch'in eſſo ſi trouano, li quali hora ſcendono al baſſo, hora ſaliſcono ad alto, per la ripercuſſione della ſella; onde accade, che quelle materie, che ſempre nel paſſeggiare vanno al baſſo, nel caualcare ſaliſcono con furia ancor alle parti ſuperiori, come ſi conoſce dalli flati, ch' eſcono per la bocca a quelli, che caualcano, & per da baſſo a quelli, che fanno eſſercitio.

Nota vn'altra bella ragione.

Perche lubrica il ventre.

In qual modo l'eſſercitio moue il ventre.

Nota la queſtione che ſi può far ſopra di ciò.

Come per il caualcar il ventre ſi ſtringe.

Come l'eſſercitio fatto la ſera può muouer il ventre.

Biſogna però ſaper, ch'anco l'eſſercitio fatto la ſera può muouer il vẽ

tre,

tre; ma questo accade più la mattina, perche a quell'hora quasi sempre si muoue il ventre dopò l'essercitio; cosa che non accade inanti, senon di raro; nè bisogna sperar, che la sera si debbia muouer più spesso inanti, che dopò l'essercitio, poiche di questo non si può assignar alcun'ordine, facendo la natura l'effetto dell'espulsione hora prima, hora dipoi.

Perche mentre che quasi per tutt'il giorno l'huomo hora stà in piedi, hora passeggia, gli escrementi del ventre possono andar al basso d'ogn'hora, & d'ogni momento, aiutati dalla commodità del sito del corpo, ch'è all'hora dritto; in modo che può facilmente accadere, che subito dopò pranso, ò fra poco tempo, ò almeno fra il pranso, & la cena il ventre faccia qualche euacuatione, la qual sarà più & meno, secondo che la materia sarà pronta à scender, & gl'intestini saranno preparati à riceuerla; talmente che se non è necessario, almeno è probabile, che gli escrementi del ventre si fermino di notte nel corpo, per star allhora in sito piano; la mattina poi, per il contrario, poiche l'huomo s'è leuato, si scarica da questo peso, non solo perche all'hora è tempo ordinario di mandarlo fuori, ma anco perch'il corpo sta dritto, & di più si muoue in qualche maniera; cosa che gioua mirabilmente à questo effetto; però bisogna concluder, ch'è cosa non solo ragioneuole, ma anco conueniente alla natura, che, per il passeggiar della mattina il corpo si muoua più facilmente, che per il passeggiar della sera. Ma quando alcuno dopò pranso sarà stato troppo à seder, ò almeno troppo à riposo, per il passeggiar alquanto, ma poco (acciò che non si faccia in vn subito gran mutatione) inanti cena, potrà in tal caso sperar (ma non sempre) d'hauer quel beneficio di ventre, & gioueuole alla natura, che si suole per ordinario hauer la mattina, perche gli escrementi, che per il riposo del giorno si sono fermati nel ventricolo, & ne gl'intestini superiori, con quello moto fatto inanti cena, anderanno subito al basso, & quasi sforzaranno la natura à cacciar fuori li vecchi escrementi, ch'erano ne gl'intestini inferiori.

Perche la sera non sempre dopo l'essercitio si moue il ventre.

Che gl'escrementi si fermano nel corpo la notte.

Perche gl'escrementi escono la mattina più che d'altra hora.

Quando gioua il passeggiar alquato inanti cena.

Il passeggiar poi pian piano, & poco dopò il cibo, ò almeno stare in piedi, non è di poco giouamento à leggierire il ventre.

Perche si come lo star à questo modo dritto, fa ch'il cibo preso di fresco si raduna presto nel fondo del ventricolo, & poi anco facilmente si cuoce (come quasi tutti pensano) così ancora è causa, che gli escrementi, che sono nel ventricolo, & ne gl'intestini, vadano più presto, & più facilmente al basso.

Qual vtile porti il passeggiar pian piano dopo il cibo.

Per il contrario il molto, & vehemente essercitio fatto dopò il cibo

& delle carni; & a questo modo essicca, & ferma il ventre.

Il mangiar poi due volte il giorno, humetta, empie il corpo, & lubrica il ventre, perch' il calor naturale, trouando due volte il giorno nuoua sorte di nutrimento, & essendo più suaue il nuouo, che il vecchio, lo tira a se, l'vnisce con il corpo, il qual perciò si accresce: rifuta poi il cibo vecchio, & lo lascia nel ventre, come cosa inutile, & ingrata, il qual conseruando ancor la sua propria humidità, per il poco spatio, ch'è tra vna cibatione, & l'altra, & cacciato ogni giorno al basso dal nuouo cibo, che si prende, è necessario, ch'anco si smaltisca, & ch'esca più facilmente.

L'vtile che seguita per mangiar due volte il giorno.

Come esce l'escremento del ventre.

Del beuer solamente dopò il cibo, & con il cibo. Cap. IIII.

S'ALCVNO *non beuerà a mezo il pasto, ma solamente dopò c'ha finito da mangiare, & massime per vn pezzo dopoi; è necessario, che se li chiuda il ventre, perche l'humor secco prodotto dalli cibi secchi, inanti che beua, essicca il corpo, & ferma il ventre: per il contrario, se beuerà spesso mentre che mangia, haverà il ventre molle, & lubrico, perche il cibo preso con tanta humidità humetta il corpo, & il ventre, & fa il ventre lubrico: doue che per patir sete, il ventre si fa stittico, perche il cibo si essicca nel ventre.*

Il danno che seguita per non beuer a pasto.

Et però è di gran giouamento per lubricar il ventre beuer alquanto più a pranso, ò a cena, acciochè il cibo si faccia più humido, & più facilmente si cuocia; nè bisogna hauer paura, che per questo il cibo nuoti nel ventricolo, perche se non si fa sentir nelle fauci, nè muoue nausea; & dopò che l'huomo ha mangiato, non si sente pigro, & da poco, & ha la respiratione libera; & facile, & dorme bene, & dopò c'ha dormito, si sueglia allegro, & non tristo, è segno, ch'il cibo non ha nuotato nello stomaco, & ch'è cosa sana à beuer à questo modo. Et questo si crede, che fosse in vsanza ancora appresso gli antichi (si come accenna Aristotele nella vigesimaseconda settione delli Problemi) mentre che ricerca, se si deuono mangiar confettioni dopò pasto, & à qual fine; & dice, che questo s'ha da far per beuer alquanto più, perche non bisogna beuer solamente per quella sete, che l'huomo sente nel mangiar li primi cibi, ma giona ancora à beuer alquanto dopoi.

Come è meglio beuer alquãto più, che alquanto meno.

Come gl'antichi beueuano al quanto più del suo bisogno.

Questo dice Aristotele.

Del

Del coito, del Sole, del foco, dell'ombra, & del freddo. Cap. v.

Come per il coito si può il corpo humettare, ma però il ventre non si può far lubrico.

LO SMISVRATO *coito estenua, per l'euacuatione che fa, perche l'huomo se vi affatica, si scalda: ma se per quella fatica si fa qualche liquefattione, che pur resti nel corpo, ne seguita, ch'il corpo si humetta; realmente però non lubrica il ventre, & se bene liquefa alquanto gli humori, fa però il corpo secco.*

Il sole, & il foco essiccano.

Il Sole, & il foco essiccano, perche essendo di qualità caldi, & secchi, tirano, & cauano l'humidità fuori del corpo.

L'ombra & il freddo humettano se non sono eccessiui

L'ombra poi, & il freddo, se non sono eccessiui, humettano, perche è più l'humor che danno ad altri, che non è quello che riceuono; talche il Sole, & il caldo non giouano per lubricar il ventre: l'ombra poi, & il freddo non gli sono punto contrarij.

Del sudar. & orinar assai.

Il sudar assai fa il ventre stittico.

IL SVDAR *spesso, & assai (perch'à questo modo si consuma l'humidità del corpo) estenua, & essicca, & è contrario per lubricar il ventre, perche caccia alla pelle la maggior parte dell'humor, che può far questo effetto.*

L'orinar assai fa il ventre stittico.

Così ancor l'orinar assai (purche non venga dal troppo beuer) con il diuertir l'humidità dal ventre alle vie dell'orina, stringe il ventre:

Il vento Aquilone stittica il ventre, & l'austro lo lubrica.

& è da saper, ch'il vento Aquilone stittica il ventre, & l'Austro lo lubrica.

Del Bagno. Cap. vI.

Perche il bagno d'acqua dolce se bene humetta, non però fa il ventre lubrico.

IL BAGNO *d'acqua dolce humetta, & rifresca, perche essendo di virtù humido, & freddo, altera il corpo delle medesime qualità: non per questo però lubrica il ventre, perche se sarà temperato in calidità, mollifica, & accresce il corpo; empie poi le parti esteriori, & essicca gli intestini: ma se serà troppo caldo, essicca le parti humide del corpo, & humetta le membrane, le cartilagini, & li cordoni; le quali parti, poiche sono humettate, producono debilità, & mancamento d'animo, & quelle essiccate, producono siccità, & sete. Se poi l'huomo entrarà nel ba-*

Ciò che seguita quando l'huomo entra nel bagno adigiuno.

gno a digiuno, si rifrescarà, & si estenuarà, perche con il caldo caua l'humidità dal corpo, il qual poi si raffredda, per esser la carne votata della sua natural humidità. Ma s'hauerà mangiato, lo scaldarà, & l'humettarà: & questo fa spargendo in maggior spatio gli humori, che sono nel corpo: se sarà freddo, fa l'effetto contrario, & in certo modo scaldarà il corpo, quando è vacuo, purche non sia troppo debile: quando poi hauerà mangiato di poco, causa siccità, con impedir, che l'humido non si sparga per il corpo: in qual si voglia modo che si faccia, per se stesso non muouerà mai il ventre,

Come il corpo si scalda, & humetta quando l'huomo entra nel bagno dopò il cibo.

Quando il bagno dopo il cibo causa siccità al corpo.

Il bagno per se stesso non moue mai il ventre.

L'effetto istesso s'ha d'aspettar dal bagno dell'acqua salata, quanto spetta a lubricar il ventre, perche l'acqua salata essendo naturalmente calda, tira dal capo l'humidità; & per questo scalda, & essicca.

L'acqua salata scalda, & essicca.

Delle ontioni.

QVELLI, che sono soliti a farsi lauare, & farsi ongere, & non lo fanno, s'essiccano, & se gli stittica il ventre, perche gli manca quell'humore, il quale li soleua humettare: & benche l'ontione scaldi, humetti, & mollifichi, non può però penetrar, senon per accidente, sin dentro nel ventre, perche fa principalmente il suo effetto di fuori.

Il ventre si stittica a quelli che, essendo soliti, non si fanno lauar, & ongere.

Come l'ontione nō può lubricar il ventre.

Del Sonno. Cap. VII.

IL SONNO, che si fa di notte, & secondo l'ordine naturale, non ha più particolare virtù a lubricar il ventre, di quello c'habbia la vigilia natural del giorno, perche se bene humetta, questo è, non perche humetti gl'intestini, ma perche sparge il nutrimento per tutt'il corpo, poiche altrimenti non pare, che per se stesso possa muouer, ò fermar il ventre: in quanto però si stima, che humetti il corpo di dentro, & di fuori, sarà più presto di vtile, che di danno a lubricar il ventre (si come s'è detto nel principio.) Il sonno non molto longo estenua, & rifresca quelli, che dormono a digiuno, & c'hanno fame, perche consuma, & euacua l'humidità intrinseca: se poi è longo, è in tutti li modi cattiuo, perche scalda troppo, liquefa le carni, dissolue il corpo, & causa debilità: nessuno d'essi lubrica il ventre, perche quello, che poco dura, estenua, il longo liquefa, & ambidoi essiccano: ma se sarà moderato, ingagliardisce, & conforta il corpo di colui, il qual è digiuno, ma non ha

Il sonno per se stesso se bene humetta nō puo però lubricare il ventre.

Qual è il sonno che rifresca, & estenua.

Il danno che porta il sonno longo a digiuno.

L'vtile che porta il sonno moderato.

però

però ancora cotto il cibo preso inanti, & non ha fame, & appresso l'aiuta a far buona concottione. Il sonno poi fatto subito dopò il cibo, spande il nutrimento per il corpo, humetta, scalda, ma nessuno d'essi prouoca il ventre.

L'effetto del sonno fatto subito dopo il cibo.

Della vigilia.

L'effetto del nō dormir per vn pezzo a quelli c'hauno mangiato assai.

L'effetto del nō dormir non hauēdo prēso cibo alcuno.

LO STAR *molto tempo suegliato, causa indigestione, & nuoce fuor di modo a quello, c'ha mangiato assai, perche impedisce, ch'il cibo non si liquefaccia; il che si conosce, perche si sente per vn grā pezzo nello stomaco: & se non ha mangiato cosa alcuna, l'estenua bene, ma poi non l'offende tanto; & perche in generale essicca, ferma anco il ventre.*

Dell'otio, & della fatica.

Come dall'otio il corpo nō si nutrisse.

La troppo fatica, & il troppo otio ferma no il ventre.

L'effetto della fatica, & dell'otio.

L'OTIO *prima humetta, come di sopra hauemo detto, ma intanto il calor naturale mezo dormentato non piglia l'humidità dal nutrimento; onde auuiene, ch'il corpo non si nutrisce, si smagrisce, & all'vltimo si essicca. La fatica poi, ancorche faccia il corpo robusto, non dimeno essicca; talche è necessario, che l'huomo stia nè troppo in otio, nè manco in continuo essercitio, perche & l'vno & l'altro ferma il ventre, poiche la fatica moderata non è di manco causa di sanità, di quello, che sia il riposo proportionato alla fatica, il qual riposo non lascia essiccar gli humori, che sono nel corpo, & la fatica eccitando il calor naturale, caccia à basso le superfluità, che sono & nel ventricolo, & ne gli intestini; talche & l'vno & l'altro è molto vtile à lubricar il ventre.*

In qual modo la fatica, & l'otio proportionati sono vtili a lubricar il ventre.

Delli Cristieri. Cap. VIII.

FINALMENTE, *ancorche nel primo, ò nel secondo, & ancor più giorni non si veda effetto alcuno di lubricità, con tutto che l'huomo habbia benissimo osseruato tutte queste regole, non però bisogna restar di perseuerar in questo, perche molte volte accade, che tali rimedij non giouano così presto, ma con spatio di qualche giorni; & però non bisogna biasmarli. Fin tanto adunque, ch'il ventre si muoue, non s'ha da stimular con medicamento alcuno, nè con cristieri forti, perche spesso l'vso frequente di tali rimedij porta qualche pericolo, poiche con essi il corpo*

Come può esser che questi rimedij non giouaranno così presto.

il corpo piglia vna consuetudine di non nutrirsi; & per questo poi si fa debile, ma con cristieri fatti con qualche cosa grassa, ò di oglio in poca quantità, come saria di oncie otto, ò dieci, accioche s'intratenga molto più tempo, & mollifichi più il corpo; & questi si possono far l'estate di oglio violato, ò rosato, ò di qualche altra simil sorte: l'inuernata ò di oglio commune, ò di mandole, & massime dolci, ò di butiro, il quale anco si può ridurre in forma di soppositа, congelato prima dal freddo. Et tutte queste cose giouano fuor di modo: & però Galeno nel quinto di conseruar la sanità, dice, che si trouano alcuni, che s'allegrano, quando hanno hauuto gran beneficio del corpo; ma alle volte accade, che quanto maggior sarà stata quella euacuatione, tanto più il ventre se gli chiude nelli giorni sequenti; ma con li cristieri fatti d'oglio gli escrementi secchi si humettano, & il viaggio loro si fa più facile.

Così dice Galeno.

Come l vso de' medicamenti, & di cristieri forti è pericoloso.

Quali cristieri sono boni in questo caso.

Come hanno d'effetti cristeri d'inuerno, & d'estade.

Come alle volte il ventre si chiude dopo vna larga euacuatione.

Dell'ordine, che richiedono quelle cose, che lubricano il ventre. Cap. VIIII.

MI PARE d'hauer ragionato assai sopra quelle cose, c'ho promesso poco fa di trattare, cioè dell'essercitio, che s'ha da far inanti, & dopò il cibo, del vomito, del riposo, della fatica, & di quelle cose, che alcuni pensano, che possano lubricar, & stringer il corpo. Resta hora, che dichiariamo quello, c'hauemo proposto in vltimo di ricercar, cioè con qual ordine si deueno pigliar le cose lenitiue del ventre, & gli altri cibi. Perche sò benissimo, che tra li Medici è notabil controuersia, de' quali la maggior parte commanda, che tutte queste cose si deueno pigliar auanti gli altri cibi, perche se si pigliano dopoi, affrettando l'vscita de gli altri fuori del ventricolo, sono poi causa, ch'il corpo non si nutrisce; talche se saranno presi inanti, apparecchiano la strada più facile à quelli, che si pigliano in vltimo, poiche però saranno ben cotti: & questo si crede che sia necessario più nelli frutti, che si chiamano horarij, che in qual si voglia altro cibo, come quelli, che presi dopò gli altri, per esser tanto facil al putrefarsi, fanno, ch'anco gl'altri facilmẽte si putrefanno; onde ne nasce poi, che tutta la concottione si confonde, & si corrompe.

Come alcuni credono che le cose lenitiue si deueno pigliar inanti gli altri cibi.

La causa di questa opinione.

Quali cibi s'intendano sotto questa regola.

Alcuni sono di contraria opinione, credendosi, che tutti li cibi, men-

Come alcuni hanno vn'altra opinione, & qual è quella.

tre che si cuoceno nel ventricolo, bollono per via del calor naturale, come se fossero in vna pignata à bollir per via del caldo del fuoco; & credono, che sia vanità grande à pigliar vn cibo prima dell'altro, acciochè quello, ch'è preso prima, sia anco il primo à scender al fondo dello stomaco, perche tutti, mentre che bollono, si voltano sottosopra; talche quello, che hora è in cima, presto sarà al basso: però quel cibo non è il primo à scender, ch'è stato il primo ad esser preso, ma quello, ch'è primo ad esser cotto, perche quello piglia più presto vna qualità differente dalla sua, & stimula la natura all'espulsione. Con tutto questo bisogna saper, che li frutti chiamati horarij si deuono mangiar con il pane, ò con qualche simile cibo, & prima de gli altri, & non soli, acciochè la putredine, alla qual sono tanto inchinati, & facili, si contemperi con la mistura di qualche cosa familiare; il che consente al precetto d'Hippocrate, ò di Polibo, il qual commanda che li frutti si deueno mangiar con li cibi: & questa maniera di viuer è tanto più sicura, & massime quando si mangiano freddi inanti pasto, quanto maggior è l'inimicitia tra il freddo, & lo stomaco digiuno.

Come secondo alcuni li cibi mentre che si cuoceno, si voltano sotto, & sopra, & in qual modo.

Qual è il primo cibo secondo questi, a vscir dallo stomaco.

Come li frutti horarij si deueno mágiar con il pane, & nó soli, inanti gl'altri cibi, & perche.

Nota l'inimicitia che è tra il cibo freddo, & lo stomaco.

Come ambedue queste opinioni non sono in tutto vere.

A me pare, che ambidue queste opinioni non siano in tutto vere, poiche quelli, che vogliono, che tutte queste cose si piglino senza alcuna distintione, si come si pensano, che tutti si confondano nel ventricolo, cosi essi confondono sommamente se stessi.

Come alcuni nõ vogleno che il latte, o brodo preso inanti il cibo possa esser di danno.

Poiche non credo, ch'alcuno hauerà ardir d'affirmare, che se il latte sarà preso inanti il cibo, possa esser di danno, nè manco biasmarà vn'altro, che pigli brodi caldi inanti pasto, con intentione di maturar la flegma, ch'è nello stomaco, & di lubricar il ventre; poiche non è verisimile, che, mentre che il cibo preso inanti, si cuoce nello stomaco, vadi à sorte voltandosi sotto sopra nello stomaco, come fa la carne, & la minestra nella pignatta, quando bolle; perche queste cose si muouono da luogo à luogo forte, & con violenza, dal fuoco: li cibi per il contrario, quando sono vna volta scesi al fondo dello stomaco, accommodandosi l'vno sopra l'altro, & poi irrigati da qualche humidità, iui si riposano, & fermano, sin tanto, che sono ben cotti, & maturati dal calor naturale; & non à da creder, che siano à questo modo agitati sotto & sopra: Quelli poi, che commandano, che tutte le cose, che lubricano, siano prese inanti gli altri cibi, pensano, che tali cose aprino la bocca inferiore dello stomaco (detta da Greci πίλορον, da Latini Ianitor, & in volgar si può chiamar Portinaro) come si fa vna porta con la chiaue; tal che se sono presi inanti, lasciano l'essito libero à gli altri,

Come li cibi nello stomaco non si mouono come fa la carne nella pignata, ma s'accomodano fin che sono ben cotti.

Qual sia l'opinione di quelli che vogliono che le cose che lubricano li prendano inanti gl'altri cibi.

se

se dopoi cacciano inanti à se tutti li cibi presi prima, più presto che non conuiene, ancorche non si mettano nel numero de' medicamenti purganti, li quali habbiano la virtù, ch'essi suppongono che sia in questi cibi: nè manco si sa à pieno, che preparino la strada dell'vscir facile alli cibi presi dopoi; poiche si crede, che ciò sia detto più per propria opinione, che perche sia stato conosciuto, nè per via dell'arte, nè per via d'isperienza, nè per via di coniettura, che la cosa sia à questa maniera. Vi aggiungo poi, che di questi, alcuni muoueno il ventre, con prouocar la natura all'espulsione de gli escrementi, che all'hora si trouano nel ventricolo, come sono li salumi, & le specie, c'hauemo nominato di sopra, alcuni perche humettano li cibi solidi, come sono li brodi, li quali mescolati con li cibi, li fanno seco vscir dallo stomaco, & come sono alcune cose, c'hanno vn poco di lentore, & altre, che fanno altrimenti l'effetto di muouer il ventre; talmente che non tutte quelle cose, che lubricano il ventre, si deuono sempre pigliar inanti che gli altri cibi: ma alcune si deuono prender inanti, alcune tra l'vno cibo & l'altro.

Come non si fa che li cibi lenitiui preparino la strada alli altri cibi presi dopoi.

Come il vētre si moue in varij modi, & quali siano.

Nō tutte queste cose che lubricano il vētre si deueno pigliar ināti gl'altri cibi.

Queste cose ho voluto dir contra l'vna & l'altra opinione.

Ma inanti ch'io determini questa difficultà, non saria fuor di proposito inserir in questo ragionamento alcune cose delli frutti, & d'altri cibi, che lubricano il ventre, li quali senza alcuna controuersia sono riceuuti da tutti, per tali.

Però per parlar delli frutti, bisogna saper, che se sono presi dopò pasto, il corpo tira à se il suo succo facile da corromperssi; ma perche ha poco di bisogno, per esser già satollo de gli altri cibi, tira à se manco di questi, che non faria.

Come il corpo tira a le il succo delli frutti, & quando più, & quando meno.

Per il contrario, se saranno presi inanti gli altri cibi, perche il corpo è più digiuno, & più bisognoso, ne tirarà molto maggior quantità, & ne sentirà maggior lesione: nuociono però molto più ad alcuni, se sono presi dopò pranso, ò dopò cena, che inanti, non perche possano di sua natura nuocer più, prendendoli dopò, ch'inanti il cibo: ma perche se ne piglia in troppo quantità, nè per questo si lascia di pigliar la solita quantità de gli altri cibi; tal che il danno, che ne seguita, non è per li frutti in se, mà per la grande abondantia, che se ne piglia. Et però quando l'huomo ne vuol mangiar dopò pasto, se leuarà vna parte del cibo più sodo, con il schifar à questo modo tanta pienezza, daranno molto manco danno, che se si pigliassero inanti pasto.

Quādo il corpo prende digiuno li frutti horarij, ne tira in maggior quantità. Per qual causa nocino più essendo presi dopò li altri cibi.

Ciò c'ha da far l'huomo che voglia pigliar questi frutti dopoi gl'altri cibi.

Nel qual luogo mi pare d'auuertir quelli, che vogliono sempre pi-

Ciò c'hanno da far quelli che spesso pigliano qualche cosa per lubricar il corpo.

gliar secretamente qualche cosa inanti il cibo, per lubricar il ventre, c'habbiano questa consideratione, di pigliar sempre più presto li cibi caldi, che li freddi, & più quelli, che facilmente si putrefanno, che quelli, che si difendono dalla putredine.

Vedi la causa di questo detto.

Questi, accioche, poiche sono corrotti, escano più presto fuori del corpo, quelli altri, perch'il caldo è più amico alla natura, ch'il freddo. Et tanto basta hauer detto di quelle cose, le quali si possono admetter senza alcuno dubbio: hora è tempo di risoluer la questione proposta.

A qual fine si pigliano le cose che lubricano il ventre.

Bisogna dunque saper, che le cose che lubricano il ventre, si pigliano principalmente per questo effetto, cioè accioche gli escrementi del cibo poco fa preso, non si fermino molto nel ventricolo, ò ne gl'intestini: si pigliano ancora, accioche le superfluità del cibo del giorno inanti, che forse grauano, presto escano dal corpo.

Qual disordine può seguir nel primo caso.

Nel primo caso bisogna auuertir, che con il suo veloce, & presto descender al basso, non conturbino tutt'il cibo, ò gran parte d'esso, ouero che lo tirino seco abbasso inanti al tempo.

Qual disordine può nascer nel secondo caso.

Nel secondo caso, perche bisogna presto espurgar il corpo, s'ha d'auuertir, che non facciano il suo effetto più tardi, di quello, che conuiene: & però in questo caso non bisogna pigliarli à mezo pasto, ma inanti à tutti li cibi, ò subito, ò di poco tempo prima, accioche facciano l'effetto suo più presto, perche pigliandoli in mezo il pasto, perdono gran parte della sua virtù, per esser debili di natura.

Ciò che faceuano gl'antichi nel primo caso.

L'auuertimento del primo caso si può creder con l'essempio delli Medici antichissimi, li quali con la similitudine di questi lenitiui, dauano vna minestra, subito che l'amalato haueua preso il medicamento solutiuo.

Nel secondo caso si s'imita Galeno.

Nel secondo caso poi, s'imita Galeno, il qual nel secondo de gli alimenti, parlando delle prugne, dice esser cosa chiara, che per lubricar il ventre, dopò prese le prugne, si deue beuer alquanto di vino dolce, & dopò alquanto di tempo, & non subito, mangiar: & è da saper, che questa regola è commune à tutte quelle cose, che lubricano il ventre. In questo caso adunque non solo li brodi, & altre cose, che si putrefanno con difficultà, ma anco li frutti chiamati horarij si deueno pigliar molto prima che si mangi.

Tutte le cose che si putrefano si deueno pigliar inanti pasto.

Come non possono portar danno alcuno.

Nè occorre hauer paura, ch'il corpo digiuno s'empia del suo humor cattiuo, perche mentre che ha quelle superfluità in se, non ha di bisogno, ma più presto è satio.

Quando non importa pigliar li lenitiui con li primi, ò con li secondi, ò con li terzi cibi.

Nel primo caso anco non importa à prender questi lenitiui con gli altri cibi, ò primi, ò secondi, ò terzi che siano, purche si mescolino bene insieme, perche à questa maniera le cose che

se che facilmente si corrompono, si contemperano; quelle che s'affrettano à vscir del corpo, si fermano alquanto; quelle ch'impediscono la concottione, la lasciano condur al fine. Ma se haueranno perso vna gran parte della virtù, per quella mistura, perche non se ne possono però priuar affatto, inuitaranno pian piano gli altri cibi all'euacuatione: & à questo modo euacuaranno il ventre leggiermente.

Come li leuitiui a q̃sto modo presi vacuano il ventre.

Da quello che s'è detto adunque, pare che si possa concluder quanto spetta à lubricar il ventre, & all'ordine de gli altri cibi, che quando l'intentione nostra è di euacuar l'indigestione, ch'è nel ventre, questi lenitiui si deueno prender ò subito inanti il cibo, ò per poco spatio inanti. Ma quando è di proueder, ch' il cibo, che di presente si troua nello stomaco, iui troppo non si fermi; & in somma che volemo solamente mollificar il ventre, & non purgar altra materia, che prima vi fosse, si possono queste medesime pigliar mescolate con li cibi, talmente però, che facilmente si mollifichi tutto quello ch'è preso in fine, con quello che s'è preso prima.

Ciò che s'ha da far per euacuar le crudità.

Ciò che s'ha da far per mollificar il ventre.

Di muouer il ventre, quando le cose dette non giouino. Cap. x.

QVANDO *tutte queste cose non bastassero, perch'il ventre caci fuori tutti quelli escrementi, che bisogna per la proportione del cibo preso, è ispediente seruirsi d'altri rimedij, & di lontanarsi alquanto dal primo proposito, accioche quando haueremo ottenuto l'intento nostro, vi possiamo più facilmente ritornare. Essendo adunche noi tanto inchinati di natura al mangiar assai, ancorche con la diligenza delle regole date si scarichiamo delli nostri escrementi tre, ò quattro volte il giorno, nondimeno non potemo spesso schifar affatto questa pienezza, & satietà. Quando adunque la solita euacuatione non basta per leuarla, bisogna aiutarsi d'altri ingegni, accioche si preseruiamo da questo incommodo, & con li quali si conseruiamo il ventre molle, & non stittico.*

Come l'huomo è molto inchinato a mangiar assai.

Ciò ch'ha da far quãdo li detti rimedij non giouano.

Trouo adunque, che per questo si possono vsar doi rimedij; vno è della natura, l'altro del Medico. Quanto à quello della natura, bisogna auuertir, che, se bene abborrissimo il cibo, che gli doueno resister con vna abstinenza moderata, & non estrema, cioè di pigliar qualche

Doi rimedij si possono vsar per quello bisogno, vno della natura, & l'altro dell'arte.

Qual è quello della natura.

Qual è quello dell'arte.

che cibo, ma poco, accioche la consuetudine nostra non si muti. Quanto poi à quello del Medico, bisogna quanto prima scaricar lo stomaco, & gl'intestini con qualche medicamento; & tanto più, se l'huomo per

Ciò che si sente uno il cui ventre non è lubrico.

cacciar fuori pochissimi escrementi, sente, ch'il ventre và gonfiando, & gli occhi se gli offuscano, & il dolor di capo cresce, insieme con li mali delle parti superiori.

Ciò c' ha da pigliar quello che si sente pieno, & abborrisce il cibo.

Quando adunque l'huomo abborrisce il cibo, & con tutto questo si sente pieno, & satio, ha principalmente da mangiar, & beuer poco; & se pur vorrà mangiar più del douere, pigliarà solamente cibi liquidi; & à questo modo superarà questa mala indispositione.

Quali medicamenti si deueno pigliar.

Quando poi sarà bisogno di pigliar medicamenti, deue far elettione de li più leggieri, & in particolare di quelli, c'hauemo al longo insegnato nell'Opera nostra del Malfrancese: & tra gli altri giudico, ch'il nostro Electuario chiamato Alessandrino, sia più al proposito di

Lode dell'electuario Alessandrino, & come, & quanto se ne piglia.

tutti gli altri: del qual (s'è fresco) se ne potrà pigliar mez'oncia alla volta, ò due nel termine di tre giorni; poiche questo Electuario è molto conueniente per purgar il petto, le reni, il ventre, & gl'intestini, & non è molto ingrato, nè manco conturba il corpo, come fanno quasi tutti gli altri medicamenti solutiui, nè lascia il ventre stittico, perche non euacua gli humori con violenza: talmente che leuata quella pienezza, & satietà, non sarà cosa molto difficile hauer poi il ventre molle, & obediente, come era prima.

L'Electuario si fa à questo modo.

Il modo di far questo electuario.

RECIPE *Polipodio quercino fresco, & mondo, oncie iiij. foglie di Sena orientale, radice di Altea fresca, cauatali la midolla di mezo con diligenza, & ben rasa di fuori di quella sua sottil pelle, d'ambedue oncie ij.*

Si cuoceranno, secondo l'arte ordinaria, in acqua commune in un vaso di terra vitriato: cotte che saranno queste cose, si spremeranno, & nel liquore che ne sarà vscito, si metterà mez'a libra di polpa di Zibibo perfetto, lauato prima con la Maluasia, & poi cauatoli li grani, & passato per il setaccio, Zuccaro fino oncie due; di nuouo si cuocerà ogni cosa insieme, sin tanto ch'il tutto acquistarà la forma di Codognata.

Quali altri medicamẽti si possono vsare come si puo vsar questo.

Molti altri medicamenti della medesima possanza si possono fare, come è quello, che si fa di Mercorella, ò di Polipodio, ò di foglie di Sena.

Quello di Mercorella si compone à questo modo.

RECI-

RECIPE *foglie di Mercorella manipuli iiij. cinnamomo dram ma vna, aniſi dramme ij. acqua commune quanto baſta: ſi cuoceranno ſecondo l'arte, & poi ſi colaranno, & ſi ſpremeranno: di queſt'eſpreſſione ſe ne pigliaranno otto dramme, Zuccaro bianco oncie ſei, & ſi farà vn Confetto in rotuli, come ſi ſuol dire. Di queſto ſe ne piglia vn'oncia, più ò meno, poco inanti al pranſo. E' ſuaue medicamento, & purga ſenza moleſtia alcuna, & è chiamato da alcuni Diapartenion minore.*

Il modo di fare l'electuario di mercorella.

Quando, & quanto ſi piglia di queſto medicamento il qual è chiamato. Diapartenion minor.

Si può anco in luogo del decotto pigliar il ſucco di Mercorella ben purgato, & poi componerlo al modo detto. Queſto non è coſi grato al guſto, ma nel reſto è ſimile al primo, eccetto che biſogna pigliarne in manco quantità. E' chiamato Diapartenion maggiore.

Vn'altro modo di far queſto electuario il qual ſi chiama diapartenio maggiore.

Quello di Polipodio ſi fa à queſto modo.

Il modo di far l'electuario di Polipodio.

RECIPE *Polipodio quercino fatto prima netto con diligenza, oncie iiij. Zenzero dramma meza, ſeme di finocchio dolce drā ma vna, di aniſo dramme due, paſſule dolci oncia vna. Si cuoce ogni coſa in acqua commune, ſecondo l'arte, & poi ſi cola il tutto, & ſi ſpreme: di queſta eſpreſſione ſe ne piglia vna libra, zuccaro bianco oncie viij. coralli roſſi dramma vna & meza, perle preparate ſcrupuli iiij. ſe ne fa vn confetto in rotuli, del qual ſe ne piglia circa mez'oncia inan tial cibo. Et à queſto modo ſi fa ancora l'Electuario di Sena, & ſimilmente à queſto modo ſi piglia.*

Quando, & quanto ſi piglia queſto medicamento

Nota anco l'electuario di Sena.

Quaſi il medeſimo effetto ſi può ſperar, ſe ſi pigliarà circa mez'oncia di Manna calabreſe ſubito inanti il cibo, ò poco prima, ò la beuerà ſtemperata nel brodo. Il medeſimo anco può fare l'Aloe eletto, lauato noue volte con l'acqua piouana, perche à queſto modo il ſuo calore ſi con tempera, & la ſua ſiccità, della qual ſi ha tanta paura per li vecchi (come dice Galeno nell'ottauo di conſeruar la ſanità) ſe gli leua; onde Cornelio Celſo nel libro primo al capitolo terzo dice, che s'alcuno vuol purgar il ventre, deue prima vſar li cibi, & le beuande, che poſſano far queſt'effetto, & poi ſe non giouaranno, pigliarà l'aloe, del qual ſe ne piglia vn ſcropulo la mattina poco inanti il pranſo, & la ſera poco dopò cena: & coſi ſi và ſeguitando, ſin tanto che quella pienezza, & ſatietà ſe n'è partita.

Come la manna ha la iſteſſa virtù, quanta, & come ſi piglia.

Come l'aloe lauato ha l'iſteſſa virtù.

Come l'aloe perde la ſiccità per lauarlo.

Cornelio celſo come vſa l'aloe.

Et perche alcuni credono, che ſi poſſa dar l'aloe anco dopò cena, n'ha uemo trattato nell'Opera noſtra del Malfranceſe, & in ciò hauemo ſeguitato Paolo Egineta. Plinio ancora fa fede nel libro 27. ch'era in vſo

Se l'aloe ſi deue dar dopò cena.

appreſſo

Se l'aloe si deue dar dopo cena.

Nota dell'aloe lauato con l'infusione di Reubarbaro, & la quantita che se ne piglia.

Difetti che al falso s'attribuiscono all'aloe.

In qual modo non puo hauer quelli difetti.

Nota la virtù del Reubarbaro come s'ha da pigliar, & in quanta quantità.

Nota del mele rosato solutiuo, & quanto se ne piglia.

Nota del siropo rosato solutiuo.

Nota la virtù delli Sebesten, & quanti se ne pigliano.

appresso gli Antichi, quando scriuendo dell'aloe, dice, che se li cibi si cuoceno con difficultà, si deue dar l'aloe poco dopò cena. Il medesimo effetto farà l'aloe lauato con l'infusione di Reubarbaro, & preso nel medesimo modo alla quantità d'vn scropulo. Nè alcuno deue hauer paura di quello, che dicono alcuni, che fanno del saggio, & non sono; li quali, per parer tali, dicono, secondo l'autorità di Galeno, che l'aloe è di danno in questo caso, perche essicca, come loro esponeno, & secondo gli Arabi, che prouoca l'hemorroide, perche, ancorche si pigli per molte, & molte volte, purche vi sia notabile intervallo di tempo, & in cosi poca quantità, non può far nè l'vno nè l'altro effetto.

Il medesimo effetto farà il Reubarbaro, se sarà masticato alla quantità d'vn scropulo, vn poco inanti pranso, ouero se si ingiottirà con l'aggiunta di doppia quantità di Manna calabrese, perche con il lentore della Manna perde ogni sua malitia: ouero il mele fatto con noue infusioni di rose, alla quantità d'vn'oncia & meza, preso per due, ò tre hore inanti pranso, ò altro tanto siropo rosato solutiuo, prendendolo ogni giorno, ouero vn giorno sì, & l'altro nò, secondo che muouerà il ventre, più ò meno, fin tanto che durarà quella satietà. Il medesimo effetto faranno quindici Sebesten poco più ò poco meno cotti nel brodo, & pigliar il detto brodo, per tre ò quattro hore inanti pranso, & come si vorrà pransare, pigliare li detti Sebesten coperti alquanto di Zuccaro, in luogo di prugne.

IL FINE.

398.962

TAVOLA COPIOSA
DEL PRESENTE LIBRO.

A

ABbandonar mai si deue l'infermo. 235
Abbandonar quando si può l'infermo. 236
Abbate Marco viuo. 87
Aceto, & sue qualità. 89
Aceto forte perche prouochi il ventre. 90
Aceto odorato perche ristori più li spiriti che il vino. 61
Aceto nel cuocerlo non si fa ne grosso ne lento. 62
Aceto perche rifresca, & perche stringe. 398
Aceto non si può far del vino Romanesco, & perche. 69
Aceto come humetti le fecci. 398
Acide si fanno alcune cose senza putrefattione. 49
Acidità si fa in doi modi, & quali. 50
Acida perche si fa l'acqua nel corrompersi. 50
Acido sapor come causi pietre. 52
Acetosa, & sue qualità, & come piace. 102
Acque che si vsano a Roma, di quante sorte sono. 35
Acqua d'Anticuli, quãdo è migliore. 55
Acqua d'Anticuli si beue sicuramẽte. 55
Acqua del Teuere è la miglior di Roma. 41. 46
Acqua della Marmorata è leggiera. 51
Acqua del Teuer nõ si purga prima che in sei mesi, & come. 41. 44. 45
Acqua del Teuere si altera, ma non si corrompe, & per qual causa. 45
Acqua del Teuere nõ genera sabbia. 201
Acqua del Teuere come è differente da quella de' pozzi di Roma. 36
Acqua de' pozzi di Roma, qual danno porti. 36
Acqua che nasce doue leua il sole d'estate è miglior di tutte. 41
Acqua che pioue, qual è bona, & qual è cattiua. 36. 394.
Acqua di cisterne di Roma qtali sono 37
Acqua della fontana di Treui genera calculi. 37
Acqua vergine era la fontana di Treui. 38
Acqua Salonia doue nasce, & sue qualità. 39
Acqua Salonia nõ fa bianca la carne. 40
Acqua Salonia noce a i magri, giona a i grassi. 40
Acque medicinali di qual sorte sono. 46
Acque perche sono più calde l'inuerno, che l'estate. 47. 48. 51
Acque perche sono sempre calde, & perche si corrompono. 48
Acque nel corrumpersi prima si rorbidano, & poi si fanno chiare. 48. 49
Acque sotto terra pigliano la natura de li minerali. 48
Acque minerali perche hanno odor di solfo. 48
Acqua nel corrompersi perche si fa acida. 49. 50
Acqua se ben si muoue, come si corrompe. 50
Acque calde correno sotto terra. 47. 50
Acque calde sono leggieri. 51
Acque minerali come sono di danno, & vtile. 53
Acque dolci perche non sono cosi buone ne i mali, come le minerali. 53
Acqua non nutrisce, & perche. 58
Acqua è manco vtile del vino, & perche. 59
Acqua si conosce dall'isperienza. 41
Acqua ò fredda, ò calda che si beua, smagrisse. 394
Acqua presa con poco cibo sminuisce il

calor naturale. 59
Acqua benuta, netta tutte le parti. 287
Acqua à quali è vtile. 287
Acqua come difende dalla podagra 242
Acqua molto fredda ferma il corpo. 394
Acqua al vecchio è più vtil del vino 286
Acqua come si caccia da se stessa. 273
Acqua buoua fa che l'huomo non s'ec-
ficchi. 286
Acqua conserua la vita. 286
Acqua è sana, pche facilmẽte s'altera. 287
Acqua si fa terra più tardi, che le altre
cose. 287
Acqua, & sue bone qualità, & lodi. 287
Acqua se s'ha da beuer dopò li fichi. 125
Acqua, & non vino si deue beuer dopò
li cibi solidi. 216
Acqua quando s'ha da beuer, & non vi-
no. 256
Acque doue siano mal sane. 303
Acqua è meglio a beuer andando al so-
le. 355
Acqua ha da esser più che il vino per lu-
bricar il ventre. 361
Acqua salata stringe il ventre. 363
Acque medicinali fanno il chilo grosso,
& difficultà d'orina. 49
Acqua quando ferma, & moue il ven-
tre. 394
Acqua come genera pietre. 394
Acque medicinali tutte stringono. 394
Acqua salata scalda, & essicca. 407
Acquetta vino come si faccia. 71
Acquato vino e di varie sorti. 74
Acquedotti sotto terra qual danno pos-
sono portar. 9
Acciaiolo, & lignouio vino. 86
Accidenti che vengono per l'hellebero
bianco preso per bocca. 226
Acrimonia nel mele onde nasca. 188
Aeropoli vino, & sue qualità. 86
Africani perche non beuono vino. 203
Aglianico vino. 85
Aglio, & suo odor come si cacci. 101
Aglio come generi, & risolua li flati. 114
Aglio come gioua, & noce alla vista. 114
Aglio come causi, & non causi sete. 114
Aglio qual dãno, e vtil porti se è cotto. 114
Agnello, & sue qualità. 171
Agnello come và cotto. 268
Agnello è miglior a Padoa che altroue.
171
Agucchia pesce, & sue qualità. 159
Albano, & suo bon vino. 76
Alchermes come gioui, & nõ gioui. 224
Alece pesce, che cosa sia. 157
Ali dell'anetra sono migliori che le altre
parti. 176
Aloe perde la siccità per lauarlo. 415
Aloe se si deue dar dopò cena. 415
Aloe lauato con l'infusione di Reobar-
baro. 416
Aloe com'è biasmato al falso. 416
Allagrezza come può amazzare l'huo-
mo. 343. 344. 345. 347
Allegrezza fa multiplicar li spiriti. 344
Allegrezza nõ è cõtraria alla paura. 345
Allegrezza è cosa bona, & come si pro-
hibisce. 348
Allume, & solfo secondo alcuni ha l'ac-
qua del Teuere. 42
Alteratione dell'aria quanto è potẽte. 5
Ambitione, & suo effetto cattiuo. 206
Ambitione di quante sorti sia, & come
si curi. 258
Amido come stringe il ventre. 369
Anagni, & suo vino. 79
Anetra, & sue bone qualità. 176
Anetra è miglior a rosto che a lesso. 176
Anetra ha le ali migliori che il resto. 176
Anguillara, & suo vino. 78
Anguille bone onde vengano. 159
Anguilla a quali membri è nemica. 159
Anguilla, & sua grassa è nemicissima al-
l'huomo. 159
Anguria, & danno che porta. 127
Animali domestici hanno la carne più
humida, che li seluaggi. 168
Animali gioueni sono più humidi che li
vecchi. 168
Animali che crescono sono migliori che
quelli che calano. 168
Animali che stãno ne i mõti sono miglio
ri che quelli che stanno ne i piani. 168
Animali acquatici quali sono, & di qual
sorte. 147. 287
Animo si diuertisse altroue da tre co-
se. 222
Anise è flatuoso, & resolue il flato. 136
Anno come ha da esser salubre. 14. 17

TAVOLA

Anno non può esser salubre se l'estate è troppo calda, & l'inuernata troppo fredda. 15
Anno nel qual pioue come si deue non è humido, ma temperato. 18
Anticamente Roma non patiua male alcuno per le fontane. 9
Antichi come faceuano il vino. 66
Antichi perche stimorno più la mutatione dell'acqua, che del vino, & de gli altri cibi. 287
Antichi haueuano in vso il beuer freddo. 319
Antichi beueuano più di quello che gli bisognaua. 405
Antichi quante volte il giorno mangiauano. 229
Antichi non s'hano da imitare nel cibar li infermi. 229
Antichi non parlano delle fraghe. 123
Antichi non haueuano camiscie. 312
Anticuli, & sua acqua come sia. 56
Antimonio, & precipitato come si hanno a dare. 227
Antimonio anticamẽte nõ si daua p bocca, ma ben di fuori, & suo effetto. 227
Appetito del coito come cresca. 166
Appetito a qual fine è stato dato. 329
Apperito d'Aprile è maggiore. 352
Apiano vino. 89
Apij pomi, & rosei, quali siano. 131
Apua pesce che cosa sia. 157
Aquilone chiamato da alcuni Borea, da altri Greco. 10
Aquilone sereno d'inuerno, & d'Autonno quali mali produca. 20
Aquilone se spira dall'aurora sin a mezo giorno quello che segue. 31
Aquilone vẽto fa il vẽtre stittico. 20.406
Aquilone vẽto doue & come è sano. 303
Aquilone vento come si fa cattiuo. 13
Aquilone vento come moue cattarri. 32
Aquilone pesce, & sue qualità. 163
Arabi, & loro dottrina dell'andar a letto. 326
Arbori come siano più fertili. 255
Arbuto, e sue qualità, & ciò che sia. 133
Arenghi come si conseruino. 192
Aria è molto potente per alterar li corpi nostri. 5
Aria ne i monti a Roma è leggiera, fredda, & secca, & perche. 6
Aria che facilmente si riceue fa li corpi corruttibili, & per qual causa. 8
Aria nella valle è graue. 6
Aria di Roma empie la testa. 7
Aria si fa trasparente dal settẽtrione. 10
Aria si fa tenebrosa calda, & humida dal l'Austro. 10
Aria della mattina, è pericolosa. 14
Aria qual membro penetra presto. 31
Aria purga le parti dentro, & fuori. 255
Aria, & sole è come l'essercitio. 272
Aria perche è cattiua l'estate ne i luoghi maritimi. 301
Aria nel mar di Roma è cattiua. 302
Aria bassa pche scalda più che l'alta. 302
Aria d'inuerno doue non è di dãno. 302
Aria di Roma è calda, & humida. 6
Aria di Roma è varia per tutto. 7
Aria di Roma perche è mal sana. 7
Aria entra in tutto il corpo. 202
Aria presto si risolue p grossa che sia. 206
Aria della sera è peggior d'inuerno, che d'estate. 4
Aria delle vigne di Roma quando non è cattiua. 269. 301
Aria di Roma qual è migliore, & doue. 298
Aria sana si fa mal sana, & come. 298
Aria che va da vn luogho all'altro è sana. 299
Aria bassa, & caliginosa è mal sana. 299
Aria della sera vicina al fiume come sia. 299
Aria quando noce alle ferite di testa. 299
Aria d'estate quando è più calda. 300
Aria quando è più sana. 300
Aria della Città come si purifica. 301
Aria di Napoli, & di Genoa perche non è cattiua. 302
Aria d'inuerno doue non è di dãno. 302
Aridità delli cotogni ferma il vẽtre. 131
Aristotile, & sua opinione, circa le acque. 52
Aristotile ciò che dice delle ostriche. 96
Aristotile dice che il sangue del ceruo non ha fibre. 258
Aristotile ciò che dice de i membri interni. 330

Aristotile ciò che dice d'alcune pioggie. 17
Arteria Trachea ciò che sia. 249
Arzilla pesce ciò che sia, & come si chiami. 163
Ascender non può il freddo come fa il caldo. 16
Asparagi da qual herbe si pigliano, & di qual sorte sono. 117
Asparagi come mouono il corpo. 117
Asparagi della brionia quali siano, & suoi effetti. 117
Asparagi di rusco, & suoi effetti. 117
Asparagi veri prouocano l'orina, & il ventre. 385
Asparagi duri stringono il ventre. 385
Asprino vino. 86
Atriplice non è in vso tra li cibi. 101
Atriplice è di due sorti, sue virtù. 101
Atriplice pche biasmata da Pitagora. 101
Auellane migliori quali sono. 138. 389
Auellane sono le noci pontice, & le noc ciole. 138
Auellane, & danno che portano. 138
Auertimento, che si deue hauer circa il mangiare. 215
Austro quando spira cessa la fame, & la sete. 7
Austro più facilmẽte entra che nõ esce. 8
Austro, & il lebecchio cioè garbino ven gono da mezo giorno. 10
Austro con la pioggia d'Autonno d'inuerno, & primauera quali mali producono. 20
Austro sereno quando regna ciò che segui. 30
Austro quando regna dopò l'Aquilone, ciò che segua. 30
Austro vento lubrica il ventre. 406
Autonno, & inuernata come hanno da essere, quando l'anno ha da esser salubre. 14
D'Autonno se non pioue l'inuernata e aspera. 16. 18
D'Autonno se pioue assai, il verno sarà tepido, & secco. 18
Autonno Aquilonare, & humido, quali mali causa. 19
Autonno se è Australe, & piouoso, & l'estate Australe, e serena ciò che segue. 28
L'Autonno se regna Austro cõ pioggie, & l'estate l'Aquilone secco, quello che segue. 29
L'Autonno è più cattiuo de gli altri tempi. 304
L'Autonno pche moltiplica l'orina. 358
L'Autonno bisogna guardarsi da gli errori. 357
L'Autonno ciò che si ha da fare per star sano. 357
Azarolo, sue qualità, & quello che siano. 133

B

Bagni d'acqua dolce sono cattiui a i grassi. 255
Bagni perche furno instituiti da gli antichi. 312
Bagni, & loro vtile, & danno, & suo effetto. 312
Bagni sono migliori l'estate, che l'inuerno. 312
Bagni s'hanno a far innanti il cibo, scaricato il ventre. 312
Bagni quando s'ha da vscire. 312
Bagni al modo antico sono disusati. 312
Bagno a quali nuoce, & a quali gioua. 312. 355
Bagno come è buono nel fluſſo del sangue. 313
Bagno, come deue esser caldo. 313
Bagno a quali è cattiuo. 313
Bagno fa il ventre lubrico, & come, & perche. 313
Bagno per se stesso nõ moue il vẽtre. 406
Bagno a digiuno, & suo effetto. 406
Bagno dopò il cibo qual effetto produca. 407
Balli, & Musica quanto gioui. 259
Balie deuono mangiar quello, che mangiano li figliuoli, che lattano. 264
Bambino prima, che nasca quando è leggiero, & fermo. 260
Bambino è magro, ma compito nel settimo mese. 261
Bambino nel settimo mese è pieno di caruità. 261
Bambino perche non può tirar quanto desidera. 261
Bambino s'empie fuor di modo nel ottauo

tauo mese. 261
Bambino cuoce il nutrimento in trenta giorni. 261
Bambino quando per poca cosa esce in luce. 261
Bambino quando nasce nelli dieci, ò vndeci mesi. 262
Bambino ciò che fa nel settimo mese poi che è compito. 262
Bambino tira manco robba nel nono mese. 262
Barbo di qual tempo è migliore. 160
Barbo,& qualità della sua carne. 160
Barbo,& sue oua pernitiose. 160
Basilicò verde lubrica il ventre, & secco lo stringe. 382
Becco, & sua carne. 171
Beluedere vino. 87
Beneficio del corpo, come si deue hauere ogni giorno, & quando si ha d'hauere. 215
Beuer molto freddo quanto noce,& gioua,& a quali. 318. 319
Beuer spesso quãdo,& quãto gioui. 259
Beuer acqua deuono li grandi mangiatori. 273
Beuer acqua è meglio andando al sole. 355
Beuere ciò che si deue nella pienezza di testa. 212
Beuer quando è troppo, come si conosca. 216
Beuer acqua se è buono nella podagra. 242
Beuer non bisogna dopò molti cotogni. 132
Beuer vino a digiuno quando gioui. 66
Beuer non si deue dopò li fichi, & quando. 125. 126
Beuer non si deue dopò li meloni. 128
Beuendo dopò li meloni, si deue beuer vino, & perche. 128
Beuer freddo come non noce. 319
Beuer bisogna a mezo pasto, & perche. 361
Beuer freddo,di quale & quanto danno sia. 319
Beuer freddo era in vso à gli antichi. 319
Beuer freddo quando è più sicuro. 319
Beuer poco quando si deue. 319
Beuitori di vini picciolì orinano assai. 320
Beuitori di vini grandi orinano poco,& generano pietre,& perche. 320
Beuitori grandi non possono comportar la fame,nè molta euacuatione. 322
Beuitori grandi non deuono colcarsi subito dopò cena,& perche. 328
Beuer non si deue vin puro quando piouue. 349
Beuer quando si deue tra'l pranso, & la cena. 355
Beuer, qual vtil & danno porta. 355
Beuer bene deue quello, che mangia poco,& perche,& come. 355
Beuer assai d'Autonno perche noce. 357
Beuer salato prouoca l'orina,& stittica il ventre. 363
Beuer si deue sempre a pasto,& pche. 405
Beuer si deue alquanto più, che alquanto meno. 405
Bianca non si fa la carne dell'acqua salonica, & perche. 40
Biedone, & sua qualità. 100
Biedone non è cibo da Nobili. 100
Bieta è di due sorti,& sue qualità. 100
Bieta come rẽde al vino il sapor pso. 101
Bocca pesce, cioè menola, & sue qualità. 156
Bocca come si cuoce,& come si conserua. 156
Bocca come si fa amara. 337
Bollente vna cosa,si può far senza fuoco. 46
Borea Greco,& Aquilone secondo alcuni sono vna cosa medesima. 10
Boragine, & Bugolossa sono il medesimo. 99
Boragine come la miglior si conosce, & sue virtù. 92
Boragine, & suo fior non si cuoce nello stomaco, & perche. 99
Boragine, & sua radice quando si mangia. 92
Borgo, & l'Horiaccio, perche patiscano assai dall'ostro, & da garbino.
Borgo,& l'Horraccio come sono più pericolosi de' mali, & de' quali. 27
Boue ha molto sangue, & poca carne. 372

Bottarga come si faccia. 192
Bracciano, & suo vino. 78
Brionia, suoi sparagi, & suoi effetti. 117
Broccolo se sia vtile, & che danno porti, & onde nasce. 95
Brodo, & latte preso inanti cibo nõ può esser di danno. 410
Brodo beuuto quanto sia vtile. 219. 217
Brodo quando s'ha da beuere. 257
Brodi caldi Inbricano il ventre. 362
Brodo di lumache, & di tartaruca, & sua virtù. 379
Brodo di caulo come moue il ventre. 382
Brodo di ceci è di danno alle vlcere della vesica. 141
Brodo, e cose liquide, quando bisogna beuer. 245
Brodo di vaccina quando conuiene più. 268
Brodo di lenti, & sua facultá. 142. 371
Brodi di lumache, & di gambari. 379
Bronco pesce, & sue qualitá. 158
Bruco pesce quello che sia. 162
Bruscior di stomaco ne i vecchi onde venga. 281
Bruti animali perche non si sconciano. 260
Bufalo, & qualità della sua carne. 373
Bufalo è cibo da Giudei. 170
Bufalo, & suo lombo, fegato, & lingua. 170
Butiro, & sue buone, & cattiue qualità. 185. 376

C

CAlabresi vini. 79
Calamaro pesce, cioè loligo, & sue qualità. 164
Calamaro è miglior della sepia. 164
Calamento come mona il ventre. 383
Calamaro scritto da Galeno. 164
Caldo grande quando danno faccia. 31
Calde molto non deuono essere le epitime. 235
Calculi come genera l'acqua del Tenere. 42
Calculi onde si generino. 49
Calculi come si leuino, & non si leuino dall'acqua di Anticuli. 56
A Calculi noce il vino potente. 59
Calculi si rompono dal succo di limone, beuuto con la maluasia. 134
Calda è Roma al mezo giorno, ma la mattina, & la sera è fredda. 7
Calda, & humida è l'aria ne' luoghi piani. 6
Calumnia non si deue stimar da l'huomo virtuoso per far bene. 2
Calor temperato, & sole, come è amico alla natura. 281
Calor temperato, & suoi buoni effetti. 282
Il Calor naturale si mantiene dal settentrione. 10
Caligini d'estate qual mal portino. 23
Camere fatte in volta sono cattiue, & perche. 295
Camere fodrate sono migliori. 295
Cantine piene d'acqua qual danno possono portare. 9
Camiscie non erano in vso appresso gli Antichi. 312
Campidoglio, & sua habitatione perche è più sana. 5
Capo riceue più vapori che gli altri mẽbri. 400
Capo di latte non è mal sano. 376. 185
Capo è origine di tutti li mali. 203
Capretto ha la carne c'ha odor di becco. 171
Et perche si mangi freddo, & a quali sia di danno, & di vtile. 171. 373
Capre, & sua carne, a qual sia di danno. 171.
Capiplenio è il primo male che regni a Roma. 200
Capo, & milza sono molto esposti alle infirmità. 203
Capo ricene più vapori, che gli altri mẽbri. 400
Capo non si può premer come il fegato. 204.
Capo corso vino di Corsica. 88
Capriolo, & sua qualità. 173. 374
Carobe fresche moueno, secche stringono. 389
Caprarola, & suo vino. 78
Capparo, & sue facoltà. 383

Capo può patir per se stesso, ò per consenso. 213
Capone pesce, & sue qualità. 151
Capone d'altra sorte, & sue qualità. 151
Capone secondo, è di due sorti, & qual sia più buono. 151
Capone terzo, & sue qualità. 151
Cappone, è miglior della gallina, & del pollastro. 175
Cardo. 116
Cariota, & sue qualità. 116
Carcioffo, & vtil che porta. 135
Carcioffo suoi fusti, & foglie, come si mangiano. 135
Cardano prohibisce l'essercitio a vecchi. 276
Carinola vino Siciliano. 88
Carne non si fa bianca per l'acqua salonia, & per qual causa. 40
Carne perche non riceue il cibo preso. 248
Carne cotta col vino si fa dura, & con l'acqua si fa molle. 58
Carne de gli animali domestici è più humida. 168
Carne de gli animali che crescono è migliore. 168
Carne de troppo giouini, & troppo vecchi è pessima, & perche. 168
Carne de gli animali che stanno ne i mõti, è migliore, & perche. 168
Carne de gli animali che stanno ne i piani, è peggiore, & perche. 168
Carni tutte riscaldano, & perche. 168
Carni secche scaldano, & rasciugano. 168
Carni humide humettano, & lubricano il ventre, & perche. 168
Carni troppo cotte danno poca forza. 169
Carni mal cotte danno più forza. 169
Carni arrostite, & bollite a quali giouino. 169
Carni freschе danno più forza che le frolli. 169
Le carni arrostite sono più secche, le bollite sono più humide. 169
Carni bollite sono più sane, ma men grate. 169
Carni grasse, & magre, & loro effetto. 169
Carni dense a quali sono vtili, & di danno. 169
Carni nutriscono più che gli altri cibi. 169
Carne se ne deue mangiar meno. 169
Carne, come noce quando se ne mangia troppo. 170
Carne, è cibo conueneuole all'huomo. 170
Carne non genera carne, & come.
Carne di castrato è miglior a Roma 171
Carne di porco qual vtile, & danno porta. 172
Carne di porco doue sia soauissima. 172
Carne di porchetta è mal sana, & perche. 172
Carne di porco saluatico, è più sana che quella del domestico. 173
Carne di castrato vecchio, è pessima. 173
Carne di lepre, & sue qualità. 173
Carne di lepre non induce melanconia, & perche. 173
Carne di capriolo, & sue qualità. 173
Carne di ceruo perche è peggior l'estate. 173
Carne di ceruo, & suoi effetti cattiui. 174
Carne di volpe, quando è manco cattiua. 174
Carne del riccio terrestre sue qualità, & suoi effetti. 174
Carne di ghiro non era in vso anticamẽte. 174
Carne di ghiro hora è in vso, & perche. 174
Carne di ghiro è grassa, e suoi effetti. 174
Carne di gallina, & di pollastra è la miglior. 175
Carne quãdo s'ha da lassar nella pienezza di ventre. 217
Carni di Roma non molto riscaldano. 233
Carni, & ventre come s'essiccano. 250
Carne di porco, vua, & vino Romanesco quando s'hanno da lassar. 269
Carne di ceruo, & di vipera non prolonga la vita. 297
Carne di vipera è pericolosa, & perche. 298

298
Carne non si consuma per l'essercitio. 307
Carni si fanno grasse per l'essercitio. 307
Carni molli hanno bisogno di nutrimẽto maggiore, & le massiccie di manco. 322
Carni d'inuerno vanno arrostite. 351
Carni d'estate vanno bollite. 354
Carni come deuono essere per lubricar il ventre. 362
Carni tutte scaldano. 372
Carni, & sue molte qualità. 372. 373. 374
Carne di castrato perche in Spagna è miglior. 374
Carne di lumache, & di tartaruche, a quali gioui. 379
Carobe, & sue qualità, & effetti. 135
Cartilagine de gli animali, & sua qualità. 181. 375
Cardo, & sua radice. 116
Cariota, & sue qualità. 116
Cascio, & pane mãgiato con le pere qual vnle porti. 130
Cascio a quali nuoce, & sue qualità. 186
Cascio è difficil da cuocere. 186
Cascio si fa duro dal vino. 186
Cascio qual è migliore. 186
Cascio come gioui alli magri. 186
Cascio come non può giouare alli vecchi. 187
Cascio fresco senza sale, & sue qualità. 187
Cascio salato vecchio perche è cattiuo. 187
Cascio di pecora non è fatto col quaglio. 187
Cascio marzolino è miglior di tutti. 187
Cascio di vacca, & di capra, & sue qualità. 187
Cascio di bufalo, perche è duro da cuocere. 187
Cascio a quali, & come nuoce. 253. 270. 354
Cascio, & vn suo mirabile effetto. 187
Cascio da quali s'ha da lasciar. 253. 354
Cascio a quali conuiene. 268. 318
Cascio se lubrica il ventre. 377
Cascio non si mangia l'estate. 354
Cascio si deue mangiar a mezo pasto. 377
Cascio, & suo effetto pigliato dopò pasto. 377
Castagne quando si possono mangiare. 269
Castagne, & sue qualità, & effetti. 137
Castagne corte sono manco cattiue. 137
Castagne quando si deuono mangiare. 137
Castrato, & sue qualità, & perche in Ispagna è meglio che in Roma. 374
Castel Candolfo, & suo vino. 77
Castel Abbatio vino. 86
Al cascar de peli, come si può prouedere. 101
Casalepori qual herba sia, perche così si chiami, & sue qualità. 104
Caualcare come stringe il ventre. 402
Caualli, che stanno in otio si smagrano. 314
Caulo è di tre specie, & quali sono. 94
Caulo è di tre altre specie, & quali sono. 94
Caulo come si generi, & si semini. 94
Caulo tiene la natura della rapa, & perche. 94
Caulo qual sia più suaue, & più sano. 95
Caulo come si deue cuocere. 95
Caulo come essicchi, & netti. 95
Caulo come purghi, & stringe il ventre. 95
Caulo come debiliti la vista con li lenti. 96
Caulo gioua al tremore, & alla vista. 96
Caulo gioua alla crapula, & alla embriachezza. 96. 97
Caulo fugito dalla vite. 96
Caulo perche si mangiaua inanti pasto dalli egitij. 96
Caulo cotto con la carne grassa nõ può portar tanto danno. 97
Caulo a quali è di danno. 97. 98
Caulo quando si può conceder. 98
Caulo l'estate è cattiuo. 95. 268
Caulo come s'ha da pigliar. 268
Caulo come moue il ventre. 382
Cauiaro come, & doue si faccia. 192

Ceci sono di tre sorti,& quali siano. 140
Ceci vtil,& danno che portano. 140.141
Ceci come s'hanno da mangiar. 140
Ceci quali sono più vtili. 141
Cedro,& sue qualità bone,& cattiue. 134
Cedro,& sua polpa, quando s'ha da mangiare. 134
Cedro non era in vso anticamente,& il danno,che porta. 389
Cedro,quando si deue mangiare. 134
Cefalione, che cosa sia,& sue facoltà. 116
Cefalo pesce qual è buono, & qual cattiuo. 152
Cefalo, & suo grasso nemico all'huomo. 152
Cena,quando deue esser sobria. 311
Cenar bene non si può quando non si prāsa. 315
Cena s'ha da esser più che'l pranso. 323
Cena copiosa a quali gioua più. 324
Ceniuria vino di Corsica. 88
Cesano, & suo vino. 78
Cerase sono di tre sorti,& quali. 122.386
Certezza delli cibi si caua dal senso. 149
Ceruello qual è cattiuo, & manco cattiuo. 180. 375
Ceruo,& qualità della sua carne. 173
Ceruo perche è peggior l'estate. 173
Ceruo,& suoi effetti cattiui. 174
Cianea pietra come noccia,& gioui. 224
Cibo quanta parte si conuerte in nutrimēto. 360
Cibi sodi, & duri, & quali siano buoni. 318
Cibi sodi si deuono mangiar dopò li meloni. 128
Cibo si può dar anco sette volte il giorno. 230
Cibo qual si deue dar all'amalato debile. 230
Cibi insoliti offendono se bene sono buoni. 233
Cibi leggieri conuengono alla fiacchezza. 234
Cibi sodi, & duri quādo conuengono. 250
Cibi grassi giouano per far smagrire. 254
Cibo quando s'ha da pigliar dopò l'esercitio. 256
Cibo quando ha da esser semplice,& scarso. 256
Cibo è prima corrotto, che cotto, & come. 279
Cibo come è cotto, & come è corrotto. 279
Cibi,che non s'essiccano quali sono. 284
Cibo putrefatto nello stomaco ciò che operi. 331
Cibi di più sorte, quando si possono mangiare. 351
Cibo d'inuerno deue esser sodo,& come. 351
Cibi secondo alcuni si voltano sottosopra nel ventricolo, quando si cuociono, & come. 410
Cibi come deuono essere per lubricar il ventre. 361
Cibi friabili con li viscosi lubricano il ventre. 362
Cibi quali stitticano,& lubricano il ventre. 364
Cibi domestici lubricano più, che li seluaggi. 364
Cibi fritti quanto danno portano. 369
Cibi flatuosi stringono il ventre. 370
Cibi che facilmente si cuociono lubricano. 374
Cibi non si voltano sottosopra nello stomaco. 410
Cibi quali prima escono dallo stomaco, & come. 410
Cibi nello stomaco non si mouono come fa la carne nella pignatta. 410
Cibi per li vecchi s'hanno a cocer con acqua. 286
Cibi cotti con acqua si fanno molli,col vino duri. 286
Cibi deuono essere d'animali giouini. 289
Cibi duri, & molli,& noui qual danno, & vtile portano. 290
Cibi lenti, & grassi sono cattiui a i vecchi. 292
Cibi insipidi sono più sani, che li salati. 292
Cibo aiuta l'essercitio, & l'essercitio, il cibo. 294
Cibi deboli fanno la vita breue. 318
Cibi come hanno da esser non facendo essercitio. 314
Cibi facili da cuocere sono migliori, che li difficili. 316

Cibo duro corrotto fa la putredine maggiore. 317
Cibo humido,& sue vtilità. 317
Cibi duri come presto si cuochino, & humidi,& molli si corrompino. 317
Cibo quando occupa poco luogo. 327
Cibi di Roma sono molli, & risolubili. 7
Cibi in Roma si alterano di maggior humidità che ptima non haueuano. 7
Cibi nati a Roma sono di minor nuttimẽto,che quelli nati altroue. 57
Cibi, & vini portati di fuori, sono come se fossero nati a Roma. 57
Cibo s'indura dal vino nel vẽtricolo. 58. 59
Cibi cascano in se stessi fuor, che il pane, & come. 144
Cibi humidi come sono migliori delli secchi. 175
Cibi di Roma danno augumento,ma non nutrimento. 206
Cibo corrotto non può nutrir. 244
Cibo se deue esser liquido,ò sodo nella pienezza di testa, & quante volte s'ha da prender. 212
Cibi insoliti causano doi disordini. 230
Cibi insoliti quando s'hanno da dar. 231
Cibi quando fanno l'officio di medicamento, 231
Cibi in quante hore si cuociono. 261
Cibi fatti di farina,& suo danno. 290
Cibo perche si pigli più del bisogno. 330
Chirurgi,& loro errore in Roma. 7
Chilo per qual via passa dal fegato. 328
Chiarello vino. 87
Cicerchia, & sue qualità. 141
Cicerbità,& sue qualità,& virtù. 103
Cicoria è di molte sorti,& sue qualità. 103
Cicoria bianca,& suo biasmo. 103
Cinnamomo,& sue qualità. 392
Cinnamomo come moue l'orina, & stringe il ventre. 393
Cinque Terre,& Razzeso vini Genoesi. 88
Cipolla,& sua qualità. 113
Cipolla perche non nutrisce. 113
Cipolla perche non è bona a i deboli, ma più presto a robusti. 113
Cipolla cruda,& cotta qual vtil porti. 114
Ciraſa domestica, & sue qualità. 132
Ciraſa seluaggia è l'arbuto, & sue qualità. 133
Cisterne,& loro acque vicine a questo mare. 37
Cisterne, & loro acque di Roma di qual sorte siano. 37
Cisterne buone quali siano, & loro acque. 37
Clistero come và fatto per l'vltimo rimedio nella gran fiacchezza. 236
Clistero come sanò vna donna mezo morta. 236
Clisteri,& medicamenti forte sono pericolosi. 409
Clisteri boni per lubricar il ventre. 409
Cocumero, & sue qualità. 127
Cognitione de' luoghi, come si deue hauere. 57
Coito smisurato qual danno porti,& quando s'ha da vsar. 239. 242
Coito quando par vtile, se bene è di danno. 243
Coito quando s'ha da lassar, & perche. 273. 341
Coito quãto gioui vsato come si deue. 274
Coito quando s' ha da incominciar a lassar. 274
Coito quando è & non è di danno a i vecchi. 293
Coito come si lassi. 340
Coito quando è breue,& quando è longo, & come tale si fa. 341
Coito di qual hora, & tempo si può vsare. 342
Coito come si conosce esser sano. 343
Coito può humettare, ma non lubricar il ventre. 406
Colcarsi può vno da qual lato li piace. 327
Colombi sono domestici,& seluaggi. 176
Colombi,& sue qualità. 176
Colombi qual vtile, & dãno portino. 176
Colombi quando sono migliori. 176
Colombi,come s'hanno da cuocere. 176
Condrilla,& sue facoltà. 384
Cõfettioni diuerse quando sono buone. 340
Consuetudine, che non noce s'ha da seruar. 280
Consuetudine, quando s'ha da seruar nel cibar l'infermo. 219
Consumato buono come si faccia. 234
Consumar non può il sole l'humido copioso

pioso di Roma, & perche. 31
Conuersatione con gli amici quanto giouí. 259
Contener da quali cose si deue l'huomo. 272
Contraria alla sanità è l'aria di Roma. 7
Concottione, come si può dir putrefattione. 239
Contadini perche sono sani con il pane solo. 146
Corgnoli, & sue qualità. 132. 388
Coruo pesce, & come è simile al capone. 152. 153
Coriandro come moue il ventre. 383
Coriandro vtil, & danno che porta. 138
Coriandro conserua la carne, che non si corrompa. 138
Coriandro, & sue facoltà. 383
Coriandro secco, non nutrisce. 138
Coriandro secco, è più condimento di cibo, che altra cosa. 139
Corpi in Roma pche si smagriscono. 340
Corpi s'alterano più dall'aria, che d'ogn'altra cosa. 5
Corpi in qual modo si corrompono. 2
Corpi perche non tollerano copiosa euacuatione. 2
Corpi se stringono dalle cose, che gli offendono. 97
Corpo tutto s'empie dall'aere, & viuer copioso. 202
Corpo facilmente s'empie di vento. 210
Corpi cercano la sua perfettione. 261
Corpo nostro, è simile ad'un fiume, & come. 273
Corpo tira a se il succo delli frutti più, & meno. 411
Corpo come s'humetti. 275
Corpi s'essiccano da gli escrementi ritenuti. 277
Corpi sodi patiscono gran fame. 322
Corpo nel sonno di dentro è caldo, di fuori è freddo. 329
Corneto pesce è simile al pesce capra. 151
Cotuo pesce, & sue qualità. 151
Corruttione in noi come dir si possa, ò putrefattione, ò corruttione. 239
Corruttione d'humori come si faccia, & quel che segue. 243
Corruttibili sono quelli corpi, li quali facilmente riceuono l'aria, & perche. 8
Corruttione del cibo, è differente dall'altre. 232
Corrottione de corpi come si faccia. 8. 9
Corrottione delle acque perche seguiti. 48
Cose che nutriscono presto s'infracidiscono. 9
Cose che si mangiano da quante cose si pigliano. 92
Cose sicure come si mettono in pericolo. 218
Cose noue fanno scordar le passate. 291
Cotogno come prouochi l'orina. 131
Cotogni, & sue qualita. 131
Cotogni perche, & come fermino il ventre. 131
Cotogni con l'odore resistono al veneno. 131
Cotogni dopò pasto non possono mouer il corpo. 131
Cotogno, come conferisce allo stomaco. 131
Cotogni, & suoi mirabili effetti. 131
Cotogni dopò, e vltimo beuer ciò che fa. 131
Cotogno, & suo succo prouoca l'orina, & come. 131
Cotogno come fa ostruttione, & come se gli pronede. 137
Cotto', & spesso tramutato il vino Romanesco, perche dura più longo tempo. 68
Cotiche, & sue qualità. 181
Coturnice volgar è miglior della parnice. 177
Crabra acqua cioè la Murana. 35
Crapola è sanata dal cauolo. 96
Crapola, coito, & embriachezza sono di danno a i vecchi, & perche. 265
Credito grande hanno alcuni medicamenti. 223
Creste, & sotto creste, & sue qualità. 179
Cremesino, & perle come giouino. 224
Crisomele precochie, & armeniache, & loro qualità. 224
Crudità come s'euacuano. 211
Cruditadi come si radunino. 23
Crudità quello, che sij, & onde nasca. 204
Crudità, che ha da venir, come si conosce. 207

Cuore, & sue qualità. 183
Cura de' mali di Roma è di due sorti, & quale sia. 209

D

DAttili, & sue qualità. 389
Deboli sono quelli, che mangiano, & beuono poco. 339
Declinatione dell'età, quando comincia. 273
Dentale, sue qualità qual parte è migliore. 153
Diagora Rodioto come morì d'allegrezza. 345
Dioscoride ciò che dice del Rafano. 115
Dioscoride ciò che dice del cauolo. 97
Dioscoride non ha scritto de' piselli. 141
Dir quando si deue il suo male all'inferno, & come. 220
Diserterie onde nascano. 25. 28
Digiuno qual non può star. 218
Domestici animali hanno la carne humida. 168
Domestici, & seluaggi sono li colombi. 176
Domestici colombi quali sono più sani. 176
Domestici colombi qual vtil portino. 176
Domestici colombi come s'hanno a cuocer. 176
Domestici colombi quali sono migliori. 176
Donne quando partoriscono inanti il tempo. 21
Donne quando si sconciano, & per qual causa. 24. 260
Donne grauide perche patiscono. 260
Donna subito morta per paura. 343
Dormir perche siamo sforzati. 324
Dormir inanti pasto quando è vtile. 247
Dormir deuono li grassi nei letti duri. 255
Dormir quando si può di giorno. 256
Dormir di nouo quando si deue la mattina. 307
Dormir quãdo si può di giorno, & di qual horã, & come. 325. 326
Dormir dopò il cibo a quali è lecito. 327
Dormir allo scoperto quando è lecito. 328
Dormir troppoo, qual danno porti. 329
Dormir si può la primauera, sino al leuar del sole. 352
Dormir come si può dopò pranso. 356
Dormir non si deue dopò pranso d'Autonno. 357
Dormir troppo di giorno quando è cattiuo. 211
Dormir qual danno porti. 221
Dragoncolo, & come si chiami. 104
Dragoncolo è grato al gusto. 104
Diapartenion maggiore, & minore. 415

E

ELba, vino dell'Isola Elba. 88
Elettuario di mertorella, come si fa, & si piglia. 415
Elettuatio Alessandrino come si fa, & quãto se ne piglia. 414
Elettuario diapartenion. 415
Elettuario di Polipodio. 415
Elettuario di Sena. 415
Embriachezza nuoce alli vecchi. 265. 290
Endiuia bianca perde la sua virtù. 103
Epiglotide, che cosa sia. 249
Epitemi, quali, quando, & come conuengono. 235
Errore de chirurgi in Roma. 7
Error d'alcuni sopra'l gran caldo dell'estate, & gran freddo dell'inuernata. 15
Error d'alcuni Medici, che danno l'acqua della fontana di Treui nei calculi. 38
Error di quelli, che beuono il vino con poca acqua, ò puro. 58
Error de' Medici moderni circa l'orzata prima, & seconda. 143
Error de' Medici circa le Tartaruche. 167
Error di metter l'Epitime calde. 235
Error d'alcuni nel curar lo stomaco. 246
Error d'alcuni circa il bruscior di stomaco de' vecchi. 281
Error d'alcuni circa il pigliar cibi difficili da cuocere, perche non si putrefaccino. 284
Errori sempre s'hanno a fuggire, & perche. 296
Errori quando si scuoprono. 296
Errori de Medici antichi. 297
Errori che fa l'huomo per li sapori. 321

TAVOLA

Escrementi perche escono la mattina. 328. 402
Escrementi come si fermano nel corpo la notte. 403
Escrementi del ventre come siano bianchi. 250
Escrementi, ritenuti essiccano il corpo. 277
Escrementi noui tardano la siccità nei vecchi. 278. 279
Escrementi naturali s'euacuano nella vigilia. 328
Escrementi sono più in quelli, che non fanno essercitio. 339.
Escrementi del corpo come si cauino. 360
Escrementi deuono essere manco nell'augumento. 360
Escrementi quando hanno da esser copiosi. 360
Escrementi del ventre come escono. 405.
Esercitio quando ha da esser poco. 245. 253
Essercitio fa le carni rare. 249
Essercitio di voce gioua dopò il pasto. 249
Essercitio salendo monti quanto gioui. 254. 306
Essercitio quando è d'vtile. 256
Essercitio per luoghi ameni quanto gioui. 259
Essercitio molto, quando non s'ha da fare. 267
Essercitio prohibito a i vecchi. 276
Essercitio è poco vtile a giouani. 276
Essercitio non è per augumento. 276. 278
Essercitio è di due sorti, & come. 279. 305
Essercitio ne i vecchi come si ha da fare. 294
Essercitio aiuta il cibo, & il cibo l'essercitio. 294
Essercitio, & suo fine. 305
Essercitio perche è necessario a Roma. 306
Essercitio, che hora è in vso non può cacciar gli humori crudi alla pelle. 307
Essercitio quando non s'ha da far inanzi l'hauer il beneficio del corpo. 307
Essercitio consuma la grassa, & non la carne, 307
Essercitio stracca più fatto nei luoghi piani, che disuguali. 307
Essercitio, & sue differenze. 308
Essercitio quali membri stracca più. 308
Essercitio d'inuerno, & d'estate. 309
Essercitio dopò il cibo quanto noce. 310
Essercitio come scorti, & slonghi la vita. 311
Essercitio si può far senza mouersi. 311
Essercitio di quante sorti. 312
Essercitio a quali non è dibisogno. 314
Essercitio come non è causa di fame. 316
Essercitio è vtile, ma è di danno quando fa gran fredo, & gran caldo, & vento. 351
Essercitio l'estate deue essere la mattina, & quando si può far la sera. 355
Essercitio non s'ha da far dopò cena. 356
Essercitio della sera come muoue il corpo. 402
Essercitio gagliardo dopò il pasto, stringe il ventre, & perche. 404
Espulsione non si fa di notte. 323
Espulsione del mucco come si faccia. 33
L'Estate di qual hora sia calda la strada, che và da Castello a S. Pietro. 6
L'Estate le pioggie di mezo giorno sono fredde d'inuerno tepide, & perche. 17
L'Estate nel fine è più calda che nel mezo, & perche. 15
L'Estate come l'acque siano fredde, & d'inuerno calde. 51
L'Estate quando s'hanno a beuer vini potenti. 269
L'Estate come si passi nell'Autonno. 357
L'Estate perche fa tãto caldo il mezo giorno a Roma. 7
L'Estate, & il verno quante hore è il giorno. 15
L'Estate troppo calda non può esser salubre. 15
L'Estate calda è mal sana a Roma, & perche. 31
L'Estate Aquilonare, & secca è sana. 32
L'Estate cresce la sete, & scema la fame. 354
L'Estate le carni vanno bollite. 354

F

Fagiano, & sua timiditá. 177
Fagiano è miglior di tutti gli vccelli. 177
Fagiano qual danno porti. 178
Fagioli, vtil, & danno, che portano. 141
Falerno vino. 82
Faloniolоco dou'era la villa di lucullo. 39
Falsamico vino. 87
Fame, & sete cessa nel spirar dello Austro. 7
Fame quando non si può comportar. 244
Fame molta qual danno porta al vecchio. 272
Fame quando non si deue patir. 315
Fame è nei corpi sodi, più che sete. 322
Fame bastarda qual sia. 331
Fame onde nasca. 294. 312. 340
Farro, che cosa fosse anticamente. 142
Farro qual hora sia il migliore. 142
Farro come si cuoce bene. 143
Farro come lascia la viscositá. 143
Farro d'orzo lubrica il corpo. 368
Farina di saua a qual male è vtile. 140
Farine, & suo effetto. 368
Far ciò che deue quello che viene a Roma per le poste. 253
Far ciò che deuono li forastieri, che vogliono partire. 253
Fatica, & otio, & suo effetto. 408
Fauci quando s'infiammino. 23
Faua, vtil, & danno che porta. 140
Febri qual regnassero anticamente, & regnino hora. 260
Fegato del pesce porco. 161
Fegato Grugno, & mamelle delle Bufale. 170. 171
Fegati quali siano migliori, & sue qualità. 182. 375
Fegato, & milza gonfiano per il mele. 189
Fegato non patisce più de gl'altri membri. 203
Fegato non può patire ostruttione da pienezza. 204
Fegato ogni notte caccia da se ogni humore. 204
Fegato ha le vene più strette nel profondo, & più larghe nell'estremo. 204
Fegato s'indura per la beuãda fredda. 319
Fegato ha il suo sonno appropriato. 327
Fegato qual beneficio porta all'huomo. 327
Fegato d'oca, di gallina, & di cappone. 375
Fegato in qual etá patisce ostruttione. 333
Ferite di testa, quando patiscono danno. 299
Fetore, sapor, & odore come sia nell'acqua medicinale. 47
Fichi si fanno molli nell'acqua, nel vino duri. 58. 122
Fichi perche scaldano, & molti suoi effetti. 125. 387
Fichi primi sono mal sani, & perche. 125
Fichi d'Agosto, quãdo sono mal sani. 125
Fichi secchi, & suoi effetti. 125
Finocchio seluaggio, & sue qualitá. 105
Flati come possono scaldar l'acque. 46
Flati come si generano, & si risoluono dal l'aglio. 114
Flato come si risolua dall'aniso. 136
Fontane noue di Roma, come possono far danno. 9
Fontane perche l'estate sono fredde, & l'inuernata calde. 39
Fontana di Treui. 35
Fonte dell'acqua crabra, cioè la Marana. 35
Fontana di S. Giorgio. 35
Fontana di S. Gio: alla Marmorata. 35
Fontana di S. Paolo. 35
Fõtane di Roma per opra di Papa Pio iiij. V. & Gregorio xiij. 38
Fontana di S. Spirito doue nasca. 35. 41
Fontana di Treui era l'acqua vergine, & suo effetto. 38
Forti sono quelli, che s'ingrassano per dormir poco. 329
Forti sono quelli, che hanno il ventre stitico. 360
Francesi, Fiamenghi, & Alemani, perche viuono poco tempo. 317
Frascati, & suo vino. 75
Francesi vini. 79. 89
Fraghe, che cosa siano. 123
Fraghe non intese da gli antichi. 123
Fraghe si mangiano con il vino, e perche. 123

Fraghe apportano vtile, & danno. 123
Frauolino, & sue buone qualità. 153
Frauolino nel crescere si muta in dentale. 153
Frauolino, quando è migliore. 153
Frauolino con tre conditioni, che lo fanno bono. 153
Frauolino come s'acconci, & quando sia buono. 153
Fregagioni ne i vecchi, come hanno da essere. 282
Fregagioni fanno l'officio dell'essercitio. 294
Fresche carni danno più forza, che le frolli. 169
Frittura qual sia, & di quali pesci si compona. 156
Fritelle, & suo effetto. 369
Frumento presto si corrompe dall'aria. 8
Frumento nutrisce manco, che la carne. 144
Frutti come si diuidono. 118
Frutti horarij, & non horarij quali siano. 118
Frutti horarij, & suoi effetti. 119
Frutti horarij si deuono mangiare con pane. 410
Frutti horarij, perche si vomitano dopò il cibo. 119
Frutti horarij, perche si corrompono. 119
Frutti horarij, quando s'hanno da cogliere. 120
Frutti horarij nō si deuono metter nell'acqua fresca. 120
Frutti horarij non si mangino nella gran sete. 354
Frutti, quando se ne mangia troppo. 120
Frutti, & sua quantità come si misuri. 120
Frutti a quali, & perche siano di dāno. 120
Frutti horarij, perche si mangiano inanti cibo. 121
Frutti, perche si prohibiscono. 121
Frutti quando non portano danno. 121
Frutti s'hanno a pigliar con il pane inanti cibo. 121. 385
Frutti come deuono essere, per lubricar il ventre. 361
Frutti come si deuono concedere. 121
Frutti, quando si pigliano senza danno. 121. 385
Frutti horarij presi dopò il cibo, perche nuociono. 411
Frutti horarij, quando si possono mangiare dopò il cibo. 121
Frutti astringenti se lubricano il vētre presi dopò pasto. 388
Frutti horarij come lubricano il ventre. 386
Frutti, quando sono tirati dalli membri. 120. 411.
Frutti horarij presi a digiuno se tirano più. 121
Frutti horarij non si possono superar dalla natura. 385
Frutti per nutrir non sono boni. 385
Frutti horarij come non nociono presi dopò il cibo. 411
Frutto del rouo, & sue qualità. 386
Frutto della palma, & sue qualità. 389
Fuoco non può esser causa del calor dell'acqua. 47

G

Galeno quello che dice de' mali nouamente trouati. 238
Galeno non ha scritto delli Garofani. 194
Galeno come biasma le cose salate. 349
Gallina, & pollastro, & sua carne buona. 175
Gallina come si deue mangiare. 175
Gallina d'india come si chiami. 175
Gallo, & sue qualità. 175
Gallina seluaggia, a qual è simile. 177
Galanga non è stata scritta da gli antichi, & suoi effetti. 194
Gambari di mare, & di terra, come siano differenti, & sue qualità. 165
Gambarelli marini, & sue qualità. 165
Garofani, & sue qualità, & effetti. 194
Garofani di qual tempo sono più stimati, & sue qualità. 194
Genezano, & suo vino. 79
Genoesi vini. 88
Genoa, perche non ha cattiuo aere. 302
Germani, Francesi, & Fiamenghi, perche sono di corta vita. 317
Germoglio della brionia, come prouoca l'orina, ma non il ventre. 385
Ghiro non era in vso anticamente. 174

Ghiro hora è molto ſtimato, & perche. 174
Giorgio trapezontio ciò che dice del vino per li turchi. 203
Giorni ſereni quando ſono ſuauiſſimi 304
Giorni pluuioſi quando ſono boni. 304
Ginepro frutto, & pianta, & ſue qualità. 135
Giouani quando s'hanno da cauar ſangue. 269
Giouani hanno manco dibiſogno d'eſſercitio de' vecchi, & perche. 278
Giouani ſi fanno agili dopò paſto, & perche. 281
Giouane inamorata, come morì ſubito. 346
Giugiole dannoſe, & vtili. 135
Giuliano, & ſuo vino. 79
Glandole, & mammelle, quando danno buono nutrimento. 180
Gobio peſce ſua grandezza, & bontà. 156
Gonella Buſone, come morì ſubito. 346
Gouernar vno come ſi deue quando è vento. 209. 300
Granati pomi ſue qualità, & effetti. 132
Granci quando ſono megliori. 165
Grauezza di teſta, quando ſi patiſce. 20
Graſſa ſi conſuma dall'eſſercitio, & non la carne. 307
Graſſi quando ſentono vtile dall'eſſercitio. 310
Graſſi pochi ſi fanno nell'otio. 314
Graſſo d'Anguilla, & del cefalo, è nemico all'huomo. 152. 159
Graſſa, & ſuo effetto buono, & cattiuo. 183
Graſſi deuono vſar cibi ſecchi. 254
Graſſi deuono ſudare, & far eſſercitio in fretta. 254
Graſſi come hanno da beuere, & non mangiare. 254
Grauidezza, & parto come ſono felici. 260
Grauide deuono laſſar li trauagli dell'animo nel primo, & ſecondo meſe. 260
Grauide perche ſono pigre, & graui. 260
Grauide quando, & come denono far eſſercitio. 260
Grauide nell'ottauo meſe deuono laſciar l'eſſercitio. 260
Grauide nel nono meſe deuono far eſſercitio, 260
Grauide perche ſi ſconciano nell'ottauo meſe. 260. 262
Grauide nel nono meſe ſono più forti che nell'ottauo. 262. 263
Grauide perche ſono più a Roma, che altroue. 263
Greci erano gran beuitori. 217
Greco, Borea, & Aquilone ſecondo alcuni ſono vna coſa medeſima. 10
Greco leuante percuote il Palazzo del Papa, & non la tramontana. 14
Greco di ſomma doue naſce, & ſue qualità. 80
Greco di ſomma a quali non conuenga. 81
Greco di ſomma ſe è il Greco de gli antichi. 81
Greco de gli antichi era di due ſorti. 80. 82
Greco de gli antichi doue naſceua. 82
Greco di Reſina, di Santo Anaſtaſio, Ottaniano di Torre, & di Pauſilippo. 84
Greco d'Iſchia, & ſue qualità. 85
Griſolo vino. 87
Grue, & ſue qualità. 176
Grugno del porco ſeluaggio. 173
Grugno di porco è miglior delle orecchie. 181

H

HAbitanti ſotto il Campidoglio perche ſono più ſani. 5
Habitar deuono li luochi alti li magri, che deſiderano d'ingraſſarſi. 8
Helleboro bianco, come, & quando gioui. 225. 226
Herbe quando s'hanno da mangiare. 217
Herba ſtella come ſi chiami, & ſue qualità. 104
Herbe tutte ſono di cattino nutrimẽto. 93
Herbe quali ſono buone d'inuerno. 351
Herbe quando s'hanno da mangiare. 334. 335
Herbe che lubricano il ventre, & che mouono l'orina. 364
Hipocrate ciò che dice del cauolo. 95. 97
Hipocrate ciò che dice del biedone. 100
Hipocrate, & Galeno ciò che dicon della ſaua. 140
Hippocrate vuol che ſi faccia, ſe non vn paſto

pasto al giorno, & quando secondo lui se ne può far doi. 350
Hippocrate ciò che scriue de' noui mali. 237
Hortaccio, & Borgo sono più pericolosi d'altri luoghi di Roma. 27
Horatio Nari nobil Romano suo male, & morte. 56
L'Huomo patisce assai dal troppo caldo, & dal troppo freddo. 15
L'Huomo da qual cause si può smagrar. 55
L'Huomo come si preserui per mangiar fonghi. 136
L'Huomo quando cresce nascostamente. 274
L'Huomo nel vestirsi quello che ha da fare. 301
L'Huomo perche piglia più cibo del bisogno. 330
Humidità de' Prati è efficcata dal vēto Greco leuante, & come. 14
Humori come si corrompino, & ciò che segue. 243
Humido naturale quanto dura. 275
Humidità nel corpo come si metta. 275

I

Infirmità quando sono di buon giuditio. 18
Infermi sono più se l'estate non piouc, & la causa perche. 20
Infermità quando saranno, ò poche, ò nissune. 27
Infirmità di Roma hanno tre cause, & quali sono. 201
Infermi quando s'hanno d'abandonar. 236
Inimicitia sia qual tra'l cibo freddo, & lo stomaco. 410
Insalata la sera quanto vtil porti. 94
Intestini, ventricoli, & matrici, & sue qualità. 183
Intestini, & ventricolo fatti per ritener, & non per cacciar fuori. 205
Intestini di più sorte, & sue qualità. 375
Isola di S. Tomaso doue sono li porci più sani, che ogn'altra carne, & perche. 172
Itteritia come si faccia senza ostruttione. 244
Iulianello, & suo vino. 78

L

Lacrima vino. 85
Laccia come si chiami. 154
Laccia che nasce nel mare è cattiua. 154
Laccia che entra nel Teuere, perche si fa buona. 154
Laccia è copiosa de spine. 154
Laccia quando si prende. 154
Lampreda perche se è grande è più cara della piccola. 159
Lampreda qual è buona, e cattiua, & perche. 159
Lampreda come si cuocia. 152
Lapatio, & il suo seme stringe. 383. 384
Latino vino. 80. 85
Latini, & loro opinione intorno al farro. 142
Latte qual ha il primo luoco in bōtà, qual il secondo, & qual il terzo. 185
Latte di qual tempo è migliore. 185
Latte vecchio si fa grosso. 185
Latte quando è più in vso. 185
Latte premuto come non è mal sano. 185
Latte, & suoi cattiui effetti. 185
Latte con che si deue pigliare. 185
Latte in qual modo non può far danno a fanciulli, se bene è dolce. 191
Latte, & latticinij a quali conuengono. 270
Latte, & oui come conuengono a vecchi. & a putti. 285
Latte sue differenze, & qualitá. 376
Latte preso inanti cibo non può esser di danno. 376
Lattuca empie la testa. 97
Lattuca si semina, & sue qualità, & virtù. 98
Lattuca quando si deue mangiare senza la uarla. 99
Lattuca qual danno porta, & come. 99
Lattuca è pericolosa a vecchi, & come. 295
Lattuca, & sue facoltà. 382

Legno del ginepro amazza gli huomini. 135
Legumi, che s'vsano à Roma quali sono, & sue qualitá. 140
Leggiero è più vno dopò il buon pane, che per altri cibi, & perche. 144
Lenti, & cauli debilitano la vista. 96
Lenror assai non può dar buon nutrimento. 169
Lenguata pesce, & solea, & sue qualità, & di qual tempo è meglior. 163
Lenguata pesce come si cuoce. 163
Lenitiui rimedij se si deuono pigliar dopò il cibo, ò inanti. 409
Lenitiui rimedij come euacuano bene. 411
Lenticchia, vtile, & danno che porta. 141
Lenticchia come si conosce la migliore. 142
Lenticchia dl qual tempo è migliore. 142
Lenticchia, & sue qualità. 142. 371
Leone pesce, che sia. 165
Lepre marino è venenoso all'huomo, & è mangiato dalla triglia. 154
Lepre, & sue qualità. 374
A Letto si deue andar più tardi, che si può. 327
Leuiraia pesce, che sia. 163
Libeccio cioè garbino, & Austro vengono da mezo giorno. 10
Limone suo succo, & virtù. 124
Lingua, & sue qualità. 181
Lingua, & testicoli d'oca, & sue virtù. 176
Locusta. 165. 378
Lontananza, & vicinanza del sole, & suo effetto. 17
Luccio com'è sano, & perche. 160
Luccio non è buono a Roma. 160
Lucullo, & sua villa dou'era. 39
Luoghi marittimi quali sono cattiui. 301
Lumache a quali sono bone. 166
Lumache qual dãno, & vtil portano. 166. 378
Luna, & suoi raggi, quando sono cattiui. 300
Luoghi piani in Roma, qual aria habbiano. 6
Luoghi più pericolosi di patir mali per li venti meridiani. 13
Luoghi varij liberano vno da fastidij. 291
Luoghi maritimi, quando sono humidi. 302
Luoghi più sani l'inuerno, & l'estate. 304
Lupini, & sue qualità, & come s'acconcino. 371

M

Macerone stringe il ventre. 384
Macarello, cioè scombro, quando è buon, & quanto cresca. 155
Maestro vento onde vẽga, & suoi effetti. 14
Macis, & sue qualità. 392
Magnaguerra vino. 86
Magri quando sentono danno dall'essercitio. 310
Mali che possono nascere dalle cantine piene d'acqua. 9
Mal di pietra si patisce poco a Roma. 201
Mali non propri a Roma, communi a tutti, quali sono. 237
Mali nouamente trouati, quali sono. 238
Mal francese è mal nuouo. 238
Mamelle, & glandole, & loro qualità. 180
Mamelle perche sono magre nel nono mese. 263
Mali di tre sorti che vengono spesso a Roma, & quali sono. 200
Mali delle donne inanti, & dopò il parto. 260
Mali che cascano di Marzo. 352
Malua anticamente come si seminaua. 112
Malua non è più in vso. 113
Malua, come gioui. 113
Mandole, loro qualità, & effetti. 390
Mandole verdi, & secche, dolci, & amare. 137. 400
Manna, & sua virtù, & come si piglia. 415
Mangiatori grandi ciò che hanno da fare. 330
Mangiar si deue due volte il giorno. 229. 290. 350. 404. 405
Mangiar, quando si deue più sorti di cibi. 351
Mangiar assai fa viuer longo tempo, & come. 334

Mãgiar assai fa orinar spesso, & come. 339
Mangiar si deue assai a Roma. 318.320
Mangiar nè beuere si deue vscendo del bagno. 313
Mangiar quando non si deue la mattina. 257
Mangiar si deue poco la Quaresima, & perche. 267
Mangiatori grandi deuono beuer acqua. 273. 320. 330
Mangiando spesso vno tardi s'inuecchia. 316
Mangiatori d'altro, che di carne deuono fare essercitio, & beuer vini leggieri. 270
Mangiar non si deue vna volta il giorno. 404
Mangiar troppo come nuoce quando il corpo più non cresce. 273
Mangiar quando si deue dopò l'essercitio. 310
Mangiar come si deue più spesso, che raro. 316
Mãgiar perche suole l'huomo ingroppo. 359
Mani perche s'essicchino. 25. 316
Martini pescatore pesce, & sue qualità. 162
Marino, & suo vino. 77
Marmo si consuma dall'acqua, & il tofo cresce, & come. 56
Marzapane come si fa. 189
Marzapane perche si da a conualescenti. 189
Marzapane non ristora. 189
Marzapane, & suoi cattiui effetti, & perche. 190
Marzapane fatto con pignoli è migliore. 191
Matrici, ventre, & intestini, & sue qualità. 183
Matrone Romane morte subito, & come. 345
Mattina è più fredda a Roma l'estate, che la sera, & perche. 4
Mattina d'inuerno, & la sera d'estate fa maggior freddo, e come. 4
Mattina il vento è più nociuo, che la sera. 14
Maura vino. 87
Mazzacane vino, perche fa dolor di testa. 85
Meati deuono star aperti. 275
Meati aperti rendono l'huomo più sano. 8
Medicina curatiua, & preseruatiua qual sia. 210
Medici antichi scriueuano a complacentia de' Signori, & loro errore. 297
Medicamenti solutiui, quando s'hanno da vsar nella pienezza di testa. 212
Medicamento solutiuo, quando è di danno. 213
Medicamenti opiati, come s'hanno a vsare. 223
Melissa, & sue qualità. 103
Melissa fa gli effetti cõtrarij al cauolo. 104
Melancolia d'animo come si curi da medicamenti. 225
Mele, & sue qualità, & qual è migliore. 188. 398
Mele a quali è vtile, & di danno. 188
Mele nutrisce più che'l vino. 188
Mele secõdo Hippocrate non s'ha da cuocere. 188
Mele cotto genera flati. 188
Mele fa gonfiar il fegato, & la milza. 189
Mele perche è tirato dalli membri, & perche satolla. 189
Mele, & oglio non si cuociono insieme. 368
Mele rosato solutiuo come s'vsa. 416
Melegiano, & sue qualità. 134
Meloni, che cosa fossero anticamente. 127
Meloni come si conoscono li migliori. 127
Meloni qual danno portano. 128
Meloni perche smorzano il desiderio del coito, & causano febre. 128
Meloni duri sono migliori. 128
Meloni se ne deue mangiar poco. 128
Meloni come s'hanno da mangiare. 387
Membri tirano a se presto il nutrimento. 327
Mẽbri dati per riponer il cibo, & gli escrementi. 329
Membri, a quali penetri prima l'atia. 31
Membri interni, come si purghino. 282
Membri, che si straccano più, quali sono. 308
Menta, & sue facoltà. 109. 384
Menola cioè bocca, & sue qualità, & come

me si cuoce, & si conserua. 156
Mercorella come nuoce, & stringe. 384
Meretrici quali fanno figliuoli, & quali non ne fanno, & perche. 263
Meridiano vento, & suoi effetti passando per la libia. 11
Merluzzo, quando sta nascosto giorni sessanta, & perche hora non è stimato. 155
Mesi sei vanno a purgar l'acqua del Teuere. 41
Midolla spinale è più dura del ceruello. 180
Midolla de gli ossi è mãco cattiua. 180. 375
Milio, & sue qualità. 370
Milza qual è buona, & qual è cattiua. 182
Milza di porco non è di danno. 183
Milza non è di sapor acerbo. 183
Milza, & fegato gonfiano per il mele. 189
Minerali acque perche sono acide, & perche hanno l'odor di solfo. 48
Minerali acque fanno il chilo molto più grosso. 49
Minerali acque prima s'intorbidano, & poi si corrompono. 49
Minerali acque prima conturbate, & poi schiarite non più si corrompono. 49
Minerali acque, & suo effetto. 53
Minestre quali deuono essere per li deboli. 230
Minestre liquide, ò brodi quando s'hanno a beuere. 245
Minestre come deuono essere per lubricar il ventre. 361
Misura di mangiar frutti. 120
Mitridato, & tiriaca qual virtù habbiano, & quando s'hanno da vsar. 223
Mocco come si caui fuori. 33
Mongana vitella, & sue buone qualità. 170
Montone, & sua carne. 171
Monterano, & suo vino. 78
Monte mauro vino. 86
Mordente perche sia il vino piccante. 73
Morir come può vno per mangiar molto pane. 145
Morena pesce, & sue qualità. 158
Morbo qual cosa è appresso questo Autore. 199
More, & loro effetto, & qualità. 123. 386
Morir, come può vno p suffocatione. 332
Morir come può l'huomo subito. 343. 344 345. 346
Musto non ha odore. 63
Musto come leua qualche cosa dal corpo, & sue qualità. 90 397
Mostaccioli come si facciano, & perche si pigliano. 191
Mostaccioli presi a digiuno debilitano lo stomaco, & à quali possono giouare. 191
Moscatello vino, & di Tagia. 82
Moscaroli peri quali fossero anticamente. 130
Motto arguto di Cinea Ambasciator di Pirro Rè sopra il vino della Riccia. 77
Motto delle parti interne, è simile al moto delle esterne. 280
Moto dopò il cibo lubrica il ventre, & come. 364
Mullo cioè triglia, & sue qualità. 154
Muscioli, & sue qualità. 378
Musica, & balli quanto giouino. 259
Mutatione de' luoghi quanto gioui. 259
Mutatione dell'acqua fu stimata più da gli antichi, che quella del vino, & d'altri cibi. 287
Mutationi d'vn contratio in vn'altro sono sempre cattiue. 229

N

NAcare, & sue qualità. 378
Napoli perche nõ è cattiuo aere. 302
Natural calor si mantien dal settentrione. 10
Nauone, & sue qualità, & specie. 115
Nauone giallo è manco buono, che'l bianco. 115
Nebbie si cacciano dal settentrione. 10
a Nerui, & sensi noce il vino molto vecchio. 64
Nespoli, & sue qualità. 132
Nettunno, & suo vino. 75
Neue nel vino quando si può vsare. 269
Nissuno ha scritto la regola del viuer per quelli c'habitano a Roma. 2
Nemi, & suo vino. 79
Noce, & sue qualità, & effetti. 137. 389
Noce verde è manco cattiua. 137
Noce secca come si fa verde. 137
Noce condita qual vtil porti. 137

Noci pontiche, & nocciole sono le auellane. 138
Noce muscata moue l'orina, & il corpo. 194. 392
Noce muscata conosciuta prima da gli Arabi. 392
Nome delli vini, che vengono da paesi lontani a Roma. 79. 80
Notte è più atta al dormir, che'l giorno. 325
Nutrimento quando non è riceuuto dalli membri. 243
Nutrimento tardi si distribusce ne i vecchi, & in poca quantità, & come. 280
Nutrimento primo nostro è il dolce. 321
Nutrimento perche è lento, & grosso. 92
Nutrimento generato dalle herbe, come può esser vtile, & di danno. 93
Nutrimento come deue essere nella grandi fiacchezza. 236
Nuttirsi perche deue l'huomo due volte il giorno. 259. 315

O

Oca è simile all'anetra, ma è più dura. 176
Oca, & virtù de suoi testicoli, & lingua. 176
Occhiata, quando è manco cattiua, & doue si troui. 154
Occhiatella, & ciò che sia. 162
Occhi quali sono buoni, & perche. 181
Occhi, & orecchie quando patiscono più. 299
Odio, & colera come sono differenti. 348
Odor, sapore, & fetore come sia nell'acqua medicinale. 47
Odor di solfo perche è nelle acque minerali. 48
Odor, & sapore nelle acque si fa dalla putredine. 50
Odore non ha il vin dolce, & mosto. 63
Odore del vino Romanesco qual sia. 67
Odore dell'aglio come si cacci. 101
Odori graui sono cattiui nella fiacchezza seconda, & quali odori conuégono. 228
Odori, & epitemi quando, & come conuengono. 235
Oliue non si cuoceno facilmente. 133
Oliue come siano vtili allo stomaco. 133
Oliue, & sue qualità, & effetto. 133
Oliue come mouono il ventre. 389
Olio, & mele nó si cuociono insieme. 368
Ombra, & freddo humettano il corpo. 406
Ombrina è simile allo sturione. 150
Ombrina di qual tempo, & in qual parte è migliore. 150
Ombrina a quali psone nó conuenga. 150
Ombrina come si cuoce, & si mangia. 150
Ontioni ne i vecchi, come si fanno. 282
Ontione non può lubricar il ventre. 407
Opera di Papa Pio iiij. v. & di Greg. xiij. intorno alle fontane in Roma. 38
Orata pesce, dou'è migliore. 152
Origine di tutti li mali è il capo. 203
Orina difficile si fa dall'acque minerali. 49
Orina perche si prouochi dal seme de' meloni. 128
Orina si prouoca da ogni sorte di vino. 60
Orina, & sudor copioso stitticano il corpo. 406
Orina spesso resa è cosa mala ai vecchi. 291
Orina pche moltiplica l'Autonno. 357
Orinar difficilmente fa l'acqua salata. 42
Origano come moue ii ventre. 383
Oro perche non gioui. 224
Oro potabile non prolonga la vita, & è pericoloso. 297
Ortica lubrica il ventre, & come. 382
Orzo senza scorza ferma il ventre. 367
Orzo nostro è quello de gli antichi, & come si proui. 143
Orzo buono come si conosce. 143
Orzo come purghi, & non purghi. 143
Orzata come si faccia abstersiua. 363. 367
Orzata quando non s'ha da dare. 232. 233
Orzata, & pan bagnato non si corrompono. 232
Orzata come lubrica il ventre, & come lo stittica. 363
Ossi d'vcelleti nó s'háno da ingiottire. 178
Osso Martio vino. 87
Ostro, & tramontana danno più molestia a Roma, che gli altri venti. 3
Ostro, & garbino sono di gran dáno a Borgo, & all'Hortaccio. 5
Ostriche, & loro qualità secondo Aristotile. 96. 166
Ostriche, & suo succo moue il ventre, & come lo stringono. 166
Ostrica nó aumeta l'appetito del coito. 166

Ostruttione nel fegato come si faccia per li cotogni. 132
Otio non lascia nutrir l'huomo. 281
Otio pochi lascia ingrassar. 314
Otio fuori che nel dormir è mal sano, & come. 314
Otio estingue il calor naturale. 313
Otio qual dãno porti quãdo è troppo. 313
Otio inanti al cibo quanto danno porti. 404
Otio, & fatica, & suo effetto. 408
Oui, & sue bone qualità. 184 377
Oui perche il chiaro è più sano, che il rosso. 184
Oui, & sua differentia nel cuocerli. 184
Oui quali sono migliori di tutti. 184
Oui sperduti, & sue qualità. 184
Oui fritti, & il danno, che portino. 184
Oui hanno tre qualità. 184
Oua non generano pietre. 284
Oui, & latte nutriscono assai. 285
Oui, & latte a quali conuengono. 285
Oui duri quando s'hanno da mãgiare. 340
Oui come lubricano il ventre. 377
Oui di Barbo pernitiosi, & quando. 160
Oui di tartaruche, & sua virtù. 167
Oui delli ricci. 378
Oui ben cotti nutriscono più che li mal cotti. 317

P

PAdoua è miglior la carne d'agnello, che di castrato. 171
Palazzo del Papa, percosso da Greco Leuante, & non da Tramontana. 14
Palombi, & sue qualità. 176
Palestrina. } & suo vino.
Palombara. } 79
Palombo pesce è di due sorti, & come si chiami, & sue qualità. 161
Palma, & suoi frutti, & sua facoltá. 389
Pane di frumento, & sue qualitá, & effetti. 144
Pane di frumẽto non gõfia, & perche. 144
Pane di frumento si slarga, & non si stringe. 144
Pane di frumento prohibisce la satietà. 144
Pane secco nutrisce più che l'humido. 8
Pane mangiato con il vino rende l'huomo satollo. 58
Pane, & sua pienezza si vince facilmente. 145
Pane manco basta, che de gli altri cibi. 145
Pane mena seco a basso gli humori superflui. 146
Pane nutrisce piaceuolmente. 146
Pane pche piace più, che gl'altri cibi. 146
Pane in se poco nutrisce. 147
Pane come alle volte dispiace. 147
Pane caldo, & secco qual danno porta. 147
Pane bagnato, & orzata non si corrompono. 232
Pane d'orzo come stittica, & lubrica il ventre. 368
Pane, & sue differenze. 368
Pane caldo qual danno porti. 369
Papa Paolo iij. approbaua l'acqua del Teuere. 43
Parti estreme de quadrupedi, come lubricano. 374
Parto inanti al tempo quando seguiti. 21
Parti de gli animali quali sono migliori. 179
Parti de gli vccelli quali sono migliori. 179
Parto, & grauidezza come sono felici. 260
Parto perche si stenda oltra il nono mese, & quando. 262
Parto perche, & quando s'affretti. 262
Parte lenta ne i pesci qual vtil porti. 147
Parti interne si mouono come l'esterne. 280
Passeggiar della mattina, & suoi effetti. 401
Passeggiar inanti cena, quanto gioui. 403
Passeggiar dopò il cibo come gioui. 403
Passioni dell'animo. 342
Passioni dell'animo qnali, & in qual modo si curano. 342
Passioni dell'animo qual effetto faccino. 342
Passere, & storni sono cattiui. 178
Pastinaca sue qualità, & come si cuoce. 116
Pastinaca marina, ciò che sia. 162
Pasticci a quali sono cattiui, & a quali buoni. 318
Passaro, & Rombo pesci. 163
Passaro è inferiore al Rombo. 163

Pausilippo vino. 86
Paula vino. 87
Paura non si deue mettere a i putti, & perche. 264
Paura come può amazzar l'huomo. 343
Paura non è contraria all'allegrezza. 345
Pauone perche è stimato. 176
Pauone come può indur malanconia. 177
Pauoncella, & sue qualità. 178
Pecora, & sua carne. 171
Peli che cascano, come si rimettono. 101
Pelamide e manco cattiuo, che il tonno. 151
Pepe di quãte, & quale sorti sia, & de quali. 194
Peri, & sue qualità. 130
Peri con il caso perche sono vtili. 130
Peri si cuociono con difficoltà. 130
Peri moscaroli, quali fossero anticamente. 130
Peri quali mouono, & quali stringono. 388
Peri cotti, & sue facoltà. 388
Pericolo presente, & passato come può ammazzar l'huomo. 343. 344
Pericolo di quelli, che di mezo giorno vãno da Castello a S. Pietro. 6
Pericolo, come vi si mettono le cose sicure. 218
Pericolo nel quale sono li gran mangiatori. 306
Persico in specie, & qualità, & facoltà è differente dal Perseo. 124
Persico duraccio che s'apre, & sue qualità. 124. 386
Perle, & cremisino come giouino. 224
Pernice, & sue bone qualità. 177
Pernice, & suo fegato a qual è buono. 177
Pepe, & sue qualità bone, & cattiue. 194. 391
Pesci non possono far l'effetto buono del pane. 146
Pesci come si corrompono. 8
Pesci come si conuertono in sputo. 146. 148
Pescioto vino. 87
Pesce prete, & sue qualità. 157
Pesce S. Pietro, come si chiami. 158
Pesce del canneto, quando si mangia. 117. 118
Pesci, perche più se ne mangia, che altre cose. 148
Pesci come mouano il corpo. 148
Pesci migliori quali, & doue siano. 149
Pesci, che presto si corrompono sono cattiui. 149
Pesci grandi sono più duri, che li piccoli. 149
Pesci come si cuociono. 149
Pesci a quali, & quando nociono. 149
Pesci come si conoscono. 149
Pesci, salumi, & specie s'hanno da lassar. 267
Pesci come sono migliori de gl'altri cibi. 289
Petto corrisponde con le parti vergognose. 274
Pettini, cappe sante, & petunculi sono venenosi. 167
Pettinar come si deue vno nella pienezza di testa. 211
Petroselino ferma il corpo, le radici lo mouono. 381
Piante s'hanno d'imitar per nutrirsi bene. 272
Piante come si mantengono viue, & belle. 272
Piante crescono senza mouersi. 277. 281
Piante sterili quali sono. 281
Piccante sapor onde nasce. 72
Piccante vino come punge, & come salisce in alto. 73
Piedi di porco sono migliori del gruno. 181
Piedi di vitello sono migliori del grugno, & delle orecchie. 182
Piedi, & gambe come si scaldino. 235
Pienezza sempre è di danno, & come si conosce. 284
Pienezza è male generale di Roma. 205
Pienezza grande fa l'huomo pigro. 257
Pienezza di nutrimento buono, come è di danno. 93
Pienezza del buon pane si vince facilmente. 145
Pienezza di pane non è cattiua. 145
Pienezza di corpo è il secondo male, che regni

regni a Roma. 200
Pienezza di testa futura, come si conosce. 208
Pienezza di testa di quante sorti sia. 208
Pienezza di testa non notata da altri. 208
Pienezza di testa, quando è compita. 209
Pienezza di ventre come si curi. 332
Pienezza di ventre, come non si leua con medicamenti. 217
Pienezza di humori è di più sorti, & quali, & come si purghi. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 247. 249. 250. 251. 252.
Pietra negra vino di corsica. 88
Pietre si fanno in noi, così altroue, come a Roma. 200
Pignoli come si deuono vsare. 390
Pignoli quali sono migliori. 138. 390
Pignoli qual danno, & vtil portano. 138. 390
Pignoli non prolongano la vita. 297
Pioggie, quando sono buone di primauera, & d'estate. 15
Pioggie venute a tempo, & effetti suoi buoni. 16
Pioggie d'estate, quando sanno danno. 16
Pioggie da mezo giorno l'estate sono fredde, l'inuernata sono tepide. 17
Piselli, & sue qualità. 141. 371
Piselli sono simili alla faua. 141
Pisciarello, & suo vino. 78
Pistacchi, & sue qualità. 389
Pistacchi come sono vtili, & di danno allo stomaco. 138
Pistata come si proui, che fosse in vso presso gli antichi. 232
Pistata a qual si può dare, & nõ dare. 231. 233
Plinio ciò che dice dell'acqua salonia. 40
Plinio ciò che dice del vino della Riccia. 77
Poco dura il vino di Tacchie, & perche. 70. 71
Podraga come si prohibisse. 242
Podagra se si prohibisce con l'acqua. 242
Polastri, & vtilità che portano. 175
Polenta, & ptisana, & sua differenza. 143
Polpo pesce sue qualità, & effetti. 163
Polpo è incitatiuo al coito, & come si prepari. 163
Polmone, & sue qualità. 182
Polpa di cedro quando conuiene. 134
Polso si altera per molte cause. 219
Pomi di più sorti quali sono. 388
Pomi ranci come s'inestano. 389
Pomi granati, & sue qualità. 132. 388
Pomi cotogni, & sue qualità. 131. 388
Pomi come si diuidono quanto al sapore. 130
Pomi quando si deuono cogliere, & mangiare. 130
Pomi, & suoi effetti buoni, e cattiui. 130
Pomi Apij, & Rosei quali siano. 131
Pomi cotogni dopò pasto non mouono il ventre. 131
Pomi cotogni, & suo succo prouoca l'orina. 131
Pomi Ranci, & d'Adamo. 134
Porco pesce, sue qualità, & fegato. 161
Porcellana, come stringe, & moue il ventre. 382
Porcelleta è lo sturione piccolo. 150
Port'Ercole, & suo vino. 89
Porco, & sua carne. 172. 173
Porchetta, & sua carne. 172
Porco seluaggio, & sua carne. 173
Porco doue è più sano che altra carne. 172
Porco ha molta carne, & poco sangue. 373
Porro qual danno, & vtil porti. 114
Porro come si fa dolce, & non flatuoso. 114
Porro quando si deue mangiare. 114
Porte, & finestre come hãno da essere. 209
Pozzi di Roma, & sua acqua di qual danno sia. 36
Pozzi di Borgo, & sua acqua di qual vtil sia. 36
Pranso s'ha da esser più che la cena. 323
Pransar chi non può ciò c'ha da fare. 340
Prati di Roma come non hanno stagni. 14
Precipitato s'vsa anco per bocca da poco tempo in quá, & suo effetto. 227
Precipitato come s'ha a dare. 227
Preseruatione da fonghi come si faccia. 136
Prete pesce, & sue qualità. 157
Primauera come deue essere per esser sana. 15

Primaue-

Primauera s'è secca, & l'estate pioue vi sono molti amalati. 25
Primauera a quali sia nociua. 21
Primauera è la più salubre stagione dell'anno. 304
Primauera qual regola s'ha da osseruar. 351
Prouerbio della pienezza del pane è falso, & come è nato. 145
Prouerbio sopra li salumi. 192
Prouerbio che la vigilia è vorace. 328
Prugne, & sue qualitadi secche, & verdi. 125. 386
Prugne damascene sono le migliori. 175. 386
Prugne si fanno secche dal vino, & humide dall'acqua, & quãdo si pigliano. 125
Pubertà, quando incominci. 272
Pulegio come moue il ventre. 383
Polmone di capretto a che gioui. 171
Purgatione quando s'ha da fare a poco a poco. 245
Pustule, & vlcere come si curino. 311
Putti mal sani, & sani quali sono. 339
à Putti non si deue meter paura. 264
Putti, & putte perche sono tanti a Roma. 264
Putti non deuono far essercitio, nè star al sole. 264
Putti mangiando assai beuino acqua. 264
Putti lascino le specie, & il petroselino. 264
Putti quando patiscono più. 21
Putti mangino, & dormino quanto vogliono. 264
Putti quando ritengono li costumi delle balie. 264
Putti a che si deuono auezzare. 265
Putti s'amalano di varole. 239
Putti deuono esser lattati dalle loro madri. 264
Putti non si deuono slattar di primauera. 272
Putti sono forzati a far essercitio, & come. 276
Putti, & giouani hanno manco bisogno di far essercitio, che li vecchi. 278
Putti qual sorte d'essercitio hanno da fare. 280
Putti non deuono beuere acqua freddissima. 319
Putti grassi, quando patiscono più, che li magri. 20
Putti che mangiano assai, & poco s'essercitano, qual male patiscono. 237
à Putti le cose amare, perche sono vtili. 333
Putti non possono star forti, & perche. 276
Putti nel ventre, & nelle fascie crescono senza far essercitio, & come. 277
Putti, che mangiano spesso sono più grassi. 279
Putti patiscono di fegato. 333
Putrefatione nelle acque è causa del sapor, & dell'odore. 50
Putredine è causa di molti mali, & come. 238
Putrefatione, come si può dir concottione. 239
Putredine non admessa da tutti. 237
Putredine noua, non scritta da altri. 237

Q

Quaresima perche è instituita di primauera. 266. 352
Quaresima si deue mangiar poco, & perche. 266. 267
Quattro tempori dell'anno, perche sono instituiti, & come s'hanno a osseruare. 266
Quaglia è peggior de gli altri vcelli. 178
Quaglia quando è peggiore. 178
Quaglia perche è mal sana, & quando è più sicura. 178
Quantità de' frutti come si misuri. 120
Questione del pranso, & della cena com'è vana. 325
Quiete continua qual danno porta al vecchio. 295

R

Radici con difficoltà si cuociono. 113
Rafano qual vtil, & danno porti, & quando s'ha da mangiar. 115
Ragione perche li fichi scaldano. 125
Ragione perche il seme de' meloni prouoca l'orina. 128
Ragione perche il succo de' cotogni fa l'istesso. 131
Ragione perche li fonghi sono venenosi. 136

Ragione perche le donne si sconciano nel l'ottauo mese. 261
Ragione perche la regola del viuere è più al bisogno a Roma, che altroue. 1
Raggi del sole retti, & obliqui qual effetto facciano. 6
Raggi della luna qual danno portino. 328
Ragione perche il vento è più nociuo la mattina, che la sera. 14
Ragione, perche il vino nato ne i colli è migliore, che nato nei piani. 68
Ragione perche il vino Romanesco non si può conuertir in aceto. 69
Raia pesce, come si chiami, & sue qualità, & fegato. 163
Ramoraccio, & sue qualità. 115
Ramoracci mangiati troppo, ciò che fecero, & come si curò quel male. 217.218
Rane come s'hanno da mangiare. 164
Rane sono contrarie al veneno de' serpenti. 164
Rane quali sono bone, & cattiue. 164
Rapa, & suo effetto in noi. 114
Rapõzolo qual sia, & sue qualità. 104.115
Raspato vino si fa in doi modi. 71
Raspato vino come si fa più delicato. 72
Raspato come riesce piccante. 72
Raspato in qual modo è suaue. 72
Raspato come è sano. 73
Razzeso, & cinque terre vini Genoesi. 88
Regola di viuere, come s'insegni. 1
Regola di viuere a Roma non più scritta da altri. 2
Regole generali quando non seruono. 149
Regola di viuere onde si caui. 265
Regola della primauera è la medesima cõ quella della Quaresima. 352
Regola di viuere nõ è buona a i putti. 272
Religiosi quando hanno da mangiar poco la sera. 269
Reni, & sue male qualità. 183
Rèni quali sono manco cattiue. 183
Respiratione libera fa l'huomo più sano. 8
Reubarbaro, & sua virtù, & come s'ha da pigliare. 416
Riccio di mare, & suoi effetti. 167
Riccio di terra, & suoi effetti. 174
Riecia, & suo vino. 77
Ricotta, & sue qualità. 188. 376
Ricotta a quali gioua, & noce. 188
Ricotta di seme di papauero come si faccia. 222
Rimedij, che lubricano non tutti si deuono mangiar inanti cibo. 411
Rimedij lenitiui se s'hanno da pigliar inãti, ò dopò il cibo. 409
Rimedij, che lubricano il ventre perche si pigliano. 412
Rimedio nel cascar de' peli, & all'odor dell'aglio. 101
Rimedij facili per prouocar il sonno. 221. 222
Rimedij tre per diuertire l'animo altroue. 222
Rimedij d'alcuni per allongar la vita. 296
Rimedij alcuni vani, alcuni pericolosi. 297
Rimedij lenitiui come vacuano il ventre. 413
Rimedij alle narici, & fauci secche. 212
Rimedij leggieri, & gagliardi nella pienezza di testa. 212
Rimedij simili all'essercitio, quali sono. 278
Rimedij per il coito. 341
Riposo a quali noce. 314
Riposo dopò il cibo stittica il ventre. 364
Riposo solo del dormire, è vtile. 314
Riposo rinfresca il corpo. 314
Riso come perde la virtù astringente. 142
Riso come si cuoce perche si digerisca meglio. 142
Riso, & sue qualità. 142. 370
Risoluuione grãdissima si fa il giorno. 323
Robusti sono quelli, che hanno il ventre stittico. 360
Rocca di Papa, & suo vino. 75
Rombo pesce, & sua bontà, & lode. 163
Roma è simile alla primauera. 263
Roma hora è nei luoghi bassi. 3
Roma come si difende dalla tramontana, & dall'ostro, essendogli tanto esposta. 3
Roma come patisca più da questi venti, che non fanno altri luoghi. 3
Roma è sotto al Clima quinto. 3
Roma è calda, & humida, & perche. 3
Roma è fredda la mattina, & la sera, & calda nel mezo giorno. 4
Roma perche faccia più freddo la sera, che la mattina l'inuernata. 4
Roma è più fredda la mattina d'inuerno, & la

& la sera d'estate, & come. 4
Roma nei luoghi piani ha l'aria calda, & humida, & perche. 6
in Roma li cibi sono risolubili. 7
Roma molte volte è stata distrutta, & molte volte reedificata. 3
Roma anticamente non patiua alcuno male per le fontane, che haueua. 9
in Roma quali venti regnino. 10
Rondine pesce, & sue qualità. 151
Rosmarino, & sua gran virtù. 268
Rosolie, & varole quando vengono. 22
Rosei pomi, & apij quali siano. 131
Rubo, & sua qualità. 386
Ruffina, & suo vino. 78
Rugiata, & sua qualità. 386
Rugiata, & suo effetto sopra li frutti. 120
Rumice, & sue qualità. 102. 382
Rumon fu detto il Teuere da gli antichi. 56
Rusco suoi sparagi, & suoi effetti. 117
Ruta, & sue facoltà. 384
Rutti, quando, & perche sono acidi. 248
Rutti perche escono dopò il cibo. 248

S

SAbbia perche si generi secondo alcuni. 201
Sabbia si fa in Roma dalla medesima causa, che altroue. 201
Sabbia si genera principalmente da vini potenti, & chiari. 201
Sabbia si genera anco dalle acque medicinali. 201
Sabbia non si genera dall'acque del Teuere. 201
Salerno vino. 86
Salonia acqua d'estate, è mal sana, & d'inuerno è sana, & perche. 40
Salonia acqua, & doue nasce. 39
Salonia acqua non penetra. 40
Salonia acqua noce alli magri. 40
Salpa come si prepari per cuocerla. 153
Salpa di qual tempo è migliore. 153
Salpa, sue bellezze, & qualità. 153
Salubre fu l'anno. 1577. 13
Salubre quãdo ha da esser l'anno. 14. 15. 17
Sale di quali parti si compone. 393
Salumi sono cattiui a i vecchi. 349
Salati cibi prouocano il ventre. 363
Salate acque stringono il ventre. 363
Sale come moue il ventre, & il danno, che porta se è troppo. 394
Saluia, & sue facolta. 110 384
Salmone onde si conduce. 192
Sanità quanto deue esser stimata. 283
Sanità come si conserua. 7
Sani sono quelli, che mangiano, & beuono poco. 339
per la Sanità ciò che si deue hauer a memoria. 9
Sane sono sempre le stagioni vguali. 304
Sano non può esser quello, che spesso vomita. 217
Sangue, & sue qualità. 376
Sangue di tartaruche a quali gioua. 167
Sangue perche è cattiuo. 183
Sangue di porco è manco cattiuo. 183
Sangue del ceruo ha fibre. 238
Sangue quando s'ha da cauare. 214. 243. 257
Sangue si caua se ben pecca altro humore. 215
Da Santo Spirito a Ponte Sisto si patisce da dui venti da Ponente. 13
Santo Vito, & suo vino. 75
Santo Spirito, & luoghi vicini patiscono più da venti meridiani. 13
Santo Tomaso, & sua Isola, doue sono li porci, che sono migliori, che ogn'altra carne. 172
San Giouanni, vino. 87
San Seuerino, vino. 85
Sapor salso si genera dalla parte più liquida. 238
Sapore, odor, & fetore, come sia nell'acqua, & da qual causa nascano. 50
Sapori grati all'huomo quanti sono, & perche. 321
Sapor acido, come causi pietre. 52
Sapor piccante punge. 73
Sapor dolce è il primo nutrimento. 322
Sapori qual danno portano, & come. 322
Sapori s'accommodano più a i cibi, che a ciò che si beue. 322
Sapori nei vini, quali non sono di danno. 322
Scorza del cedro, & l'vtil che porta. 134

Sarda è differente da quella de gli antichi. 157
Sarda, sue qualità, & quando è migliore. 157
Sardone è simile alla sarda. 157
Sardone, & sua differenza con l'orata. 154
Sperone pesce qual sia. 157
Satureia come moue il ventre. 383
Saturno non è causa del sconciare nell'ottauo mese. 260
Satollo si fa l'huomo mangiando pane cõ il vino. 58
Satietà come si leua dal pane. 144
Scalogna perche cosi si chiami. 114
Scorzone pesce, & sue qualità cattiue. 161
Scorpena pesce, & scorfanello quali siano. 157
Scalea vino. 87
Scientie, & arti doue sono fondate. 314
Scamonea come moue il corpo, & l'orina. 391
Scombro, cioè Macarello quando è buono. 155
Scombro quanto cresca. 155
Seguir s' ha quel che gioua, fuggir quel che noce. 271
Segni del male per il troppo mangiare. 330
Segni della fiacchezza, che ha da venire. 206
Segni della fiachezza presente. 207
Segni della crudità presente, & futura. 207
Segni delle pienezza di testa futura. 208
Segni d'hauer mangiato, & beuuto il douere, & troppo. 216
Segni d'hauer fatto buona concottione. 307
Seme de' meloni perche prouoca l'orina. 128
Semi tutti sono flatuosi, & perche. 129. 136
Semi sono difficili da cuocere. 136
Semi grauano lo stomaco più che le piante. 136
Semi, che s'vsano a Roma, quali sono. 137
Seme si genera in copia la primauera. 264. 274
Seme ritenuto, quanto noce, & quanto gioui. 274
Semi di papauero come si concino. 222
Seme de' meloni, & sua facoltà. 128
Senape come moue il ventre. 383
Sentimenti, quando sono vigorosi. 367
Sepia pesce, & sue qualità. 164
Sete, nè fame quando non si deue patire. 315
Sete mostra grande resolutione. 322
Sete onde nasca. 340
Siccità come si tarda nei vecchi. 278
Siciliani vini. 79
Siero del sangue è salato, & come. 238
Significato del pranso, & della cena. 323
Siluro si crede che sia lo storione. 150
Siropo rosato solutiuo. 416
Sito di Roma doue è il migliore. 298
Sito dell'huomo nel dormir qual deue essere. 327
Sito dell'huomo dritto fa il ventre lubrico. 365
Slattar quando non si deuono i putti. 272
Sobrietà, & essercitio quando giouino. 242
Sodi cibi quando non s'hanno da pigliar. 218
Sodi cibi si deuono mangiar dopò li meloni. 128
Sole, & fuoco efficcano il corpo. 406
Solfo, & suo odore, perche è nell'acque minerali. 48
Solea cioè lenguata. 163
Sole si deue fuggir con il grande freddo. 356
il Sole non può consumar l'humido copioso di Roma. 31
Sole s' ha da schifar nella pienezza di testa. 211
Sole quando gioui nella fiacchezza seconda. 228
Sole, & aere è come l'essercitio. 272. 281
Sole, & caldo temperato, come è amico alla natura. 281
Sole quando leua li vapori, & non li risolue. 301
Sole quando s'accosta a noi ciò che faccia. 352
Sole di Marzo si deue fuggire. 352

Sonno

Sonno subito dopò il cibo, & suo effetto. 408
Sonno moderato qual vtil porti. 407
Sonno longo a digiuno qual danno porti. 407
Sonno che rifresca, & estenua qual è. 407
Sonno come non può lubricar il ventre. 407
Sonno lungo quando noce. 221
Sonno come si prouochi nella fiacchezza. 221. 222. 259
Sonno libera l'animo da i pensieri. 259
Sonno come gioua. 295
Sonno è instituito per la vigilia. 324
Sonno fa il corpo di dentro caldo di fuori freddo. 329
Sonno empie il polmone, & il cuore. 329
Sonno d'Aprile è longo, & suaue. 352
Sonno suaue, & turbato onde nasca. 241
Sonno consuma gli humori dello stomaco. 247
sonno inanti pasto quando è vtile. 247
Sonno quanto ha da esser dopò l'adolescentia. 325
Sonno troppo, come si conosce. 326
Sonno quando è più lungo, & più soaue. 326
Sonno appropriato al fegato. 327
Sorbe, & sue qualità. 388
Sorbe non sono buone a i vecchi. 285
Sparagi di qual sorte sono. 117
Sparagi come mouono il corpo. 117
Sparagi di Brionia, & suoi effetti. 117
Sparagi di Rusco, & suoi effetti. 117
Spagnuoli poco patiscono per non mangiare. 322
Specie secche non si possono cuocere. 390
Specie, sue qualità, & effetti. 390
Specie a quali sono vtili, & di danno. 390
Specie quali mouono l'orina, & il ventre. 390
Specie, salumi, & pesci s'hanno a mangiar in poca quantità. 267
Spigola pesce, sue qualità, & quando è miglior. 152
Spinal midolla è più dura del ceruello. 180
Spiriti, come si conseruano nelle arterie, & come si conosce, che n'escano, & come si multiplicano. 344
Spinaccio qual herba sia, come è sana, & mal sana. 102
Spinaccio come si prepara perche sia buona da mangiare. 102
Spinaccio lubrica il ventre. 102
Spiriti si fanno chiari dal settentrione. 10
Spiriti si conturbano dal vento meridiano. 10
Spiriti si ristorano più dall'aceto, che dal vino. 61
Sputi quando vengono dallo stomaco. 335
Squaglio pesce quando è migliore. 160
Squilla, cioè gambarelli marini, che cosa sia. 165
Stagioni vguali sono sempre più sane. 304
Stagioni dell'anno secche sono più sane, che l'humide. 12
Stagioni humide, & loro effetti cattiui. 12
Stagioni breui sono migliori, che le lunghe. 29
Stagioni fredde sono più sane, che le humide. 31
Stanze terrene quando sono mal sane. 9
Stanze fatte in volta, perche sono mal sane, & come si fanno sane. 295
Stanze alte s'hanno d'habitare. 209
Starna è simile alla pernice. 177
Star alle vigne come è di danno. 269
Sterco ritenuto qual danno porti. 366
al Stitico ventre noce il vino potente. 59
Sittico si fa l'huomo nell'anno sessantatre. 275
Stomaco piccolo richiede spesso il cibo. 316
Stomaco è grauato più da semi, che da le piante. 136
Stomaco s'empie facilmente da poco pane. 145
Stomaco s'offende da cibi insoliti. 233
Stomaco ha da star pieno, & disteso. 93. 315
Stomaco qual danno sente se è vacuo. 315
Storione, che cosa sia, & sue qualità. 150

Storio-

Storione di qual tempo è buono, & a quali persone conuenga. 150
Storione da qual parte è migliore, & come si mangi. 150
Storni, & passare sono cattiui. 178
Strada Giulia patisce da Ponente. 14
Stracchezza onde nasca. 148
Stracchezza c'ha da venire, come si conosce. 206
Stracchezza è il fine dell'essercitio. 256
Stringe l'Agresta cruda, ma cotta non tanto. 129
Stringonsi li corpi dalle cose, che offendono. 97
Suaro sue qualità, & ciò che sia. 155
Succo delli cotogni prouoca l'orina, & perche. 131
Succo del limone, & sua virtù. 134
Sudore può purgar tutti gli humori del corpo. 213
Sudore in quanti modi si prohibisce. 236
Sudore simile alla rugiada onde venga. 248
Sudore, è il fine dell'essercitio. 256
Sudor, & orina copiosa stitticano il corpo. 406

T

TAgia, & suo vino. 89
Taminia vua che cosa sia. 117
Tardi andar a letto qual danno porti. 365
Taranto è loco doue si piglia la bona orata. 152
Tarantola pesce, & sue qualità. 155
Tartaruche sono dure da cuocere. 167
Tartaruche quali sono migliori. 167
Tartuffi, sue facolità. 116
Tarruffi, & sue qualità. 116
Temperata quando è l'inuernata. 14. 15
Temperato, & non humido è l'anno quando pioue come si deue. 18
Tempo che si veglia è più di quello, che si dorme. 324
Tempori quattro come s'hanno da osseruar. 266
Tenca non ha nome nè Greco, nè Latino. 161
Tenca a quali è di danno. 161
Telline sua qualità, & brodo. 167
in Terra si conuerte ciò che si corrompe. 287
Terra de' luoghi maritimi perche è humida. 301
Terracina suo vino con la virtù. 75
Terra di lauoro quanti vini faccia. 80
Testa, & vesti come paiano graui. 252
Testa s'empie dal vino, & dal calor del sole. 203
Testa patisce più da venri, che gli altri membri. 12
Testa quando patisce grauezza, & altro. 26
Testa come si riempe dalla lattuca. 97
Testa, & tutt'il corpo s'empie dall'aria, & dal viuer copioso, & in qual modo. 202. 210
Testicoli dell'oca, & sua virtù. 176
Testicoli de' quadrupedi, quali sono. 180
Testicoli de' pollastri sono buoni. 230
Tetti delle case di Roma, perche sono cari chi di terra, & di herbe. 4
Teuero fu detto Rumon da gli Antichi. 56
Thiriaca, & Mitridato, qual virtù habbiano, & quando s' hanno da vsare. 223. 235
Thiriaca non prolonga la vita. 297
Thiriaca è cattiua, & perche. 298
Tifici veramente quali sono. 379
Tofo cresce dall'acqua, & il marmo si consuma, & come. 56
Tolfa, & suo vino. 78
Tonno come si chiami piccolo, & grande. 150
Tonno perche d'estate è peggiore. 150
Tonno da qual parte è migliore. 151
Tonno, & qualità della sua carne. 151
Tonno come si cuoce. 151
Tortora, & sue qualità. 178
Trauaglio d'animo dopò pasto è male nella pienezza di testa. 211
Trauaglio d'animo a che s'assomigli. 272
Torpedine, cioè occhiatella, pastinaca marina, & bruco pesce. 162
Torpedine, & suo cattiuo effetto. 162
Torpedine, perche non si conosce il suo effetto. 162

Torbido quando si fa il vino Romanesco nel corromperſi. 69
Toſſe, che non procede da catarro. 188
Toſſe, & ſtrangolamento a quali venga, & perche. 249
Toſſe non tutta vien dal petto, & dalla teſta. 249
Trachea arteria, che coſa ſia, & ciò che patiſce. 249
Tragina peſce, & ſue qualità. 158
Tramontana non percuote il Palazzo del Papa, ma il Greco leuante. 14
Tramontana, & ſuoi cattiui effetti. 19
Tramortiti ſi riſtorano più preſto dall'aceto, che dal vino, & perche. 61
Traſparente ſi fa l'aria dal ſettentrione. 10
Trauagli d'animo come ſi prohibiſcono. 348
Trauaglio dell'animo quanto danno porta. 272
Tre infirmità di Roma hanno tre cauſe, & quali. 201
Tricocco, & azarolo ſi tiene il medeſimo. 133
Triglia ſue qualità. 154
Triglia grande perche non è bona. 154
Triglia grande mangia il lepre marino. 154
Triſti d'animo, come s'hanno a gouernare. 347
Tropea vino. 88
Trotta buona ſi truoua nel lago di Como. 160
Trotta groſſa qual effetto fa. 160
Trotta cotta, & fredda è migliot della calda. 160
Trotta perche noce a gli amalati. 160
Trotta coſa marauigliosa, che fa. 160
Trotta è lodata à gli amalati. 160

V

Vaccina carne, & ſue qualità. 170
Vaccina quando, & come è migliore. 268
Vaccina è buona d'inuerno. 351. 372
Valerano, & ſuo vino. 78
Valmonte, & ſuo vino. 79
Vapori del fiume perche ſiano cattiui. 6
Vapore freddo è anco graue. 16
Vapori caldi aſcendono. 16
Vario è l'aere di Roma, & perche. 7
Varie cauſe del calor delle acque. 46
Varole, & roſolie quando vengono a putti. 22
Vccelli poco nudriſcono al paro delli quadrupedi. 174
Vccelli, quali ſono migliori. 174
Vccelli come fermino il ventre. 374
Vccelli come ſono, & non ſono di danno. 374
Vccelli ſeluaggi, & domeſtici. 174
Vccelli giouani, & vecchi, & ſue qualità. 175
Vecchi quali mali patiſcono, & quando. 22
Vecchi deuono pigliar cibi humidi, & liquidi. 265
Vecchi quando hanno da ſeguitar l'uſanze ſue. 265
Vecchi qual danno ſentano dall'embriachezza, dal coito, & dalla crapola. 265. 289
Vecchi hanno li meati ſtretti. 265
Vecchi hanno la virtù debole. 265
Vecchi qual danno ſentano dal molto eſſercitio, & molta fame. 272
Vecchi fanno manco eſſalatione. 276
Vecchi con il ripoſo ſi fanno più ſecchi. 277
Vecchi hanno biſogno di più eſſercitio, che li giouani, & perche. 278
Vecchi qual vtil ſentano dall'eſſercitio, & qual danno dal non farlo. 278
Vecchio è l'huomo l'anno ſeſſantatre. 275
Vecchi da che ſono ſpinti a far eſſercitio. 279
Vecchio deue far più d'vn eſſercitio quando coſi è ſolito. 280
Vecchi hanno la diſtributione del nutrimento tarda, e poca, e come. 280
Vecchi ſono pigri dopò paſto. 281
Vecchi, come patiſcono bruſcior di ſtomaco. 281
Vecchi perche ſono ſani l'eſtate, & l'Autonno. 282
Vecchio decrepito ciò che ha da far per ſtar ſano. 282
Vecchi quali cibi hanno da mangiare. 284

TAVOLA

Vecchi hanno la virtù attrattiua debile, & perche. 285
Vecchio ciò che ha da beuer, hauendo mãgiato troppo. 288
Vecchio non deue patir, nè fame, nè sete. 289
Vecchio fugga l'embriachezza. 290
Vecchio lasci il fuoco dopò il cibo, & ciò che all'hora deue fare. 290
Vecchi non deuono spesso orinare, & perche. 291
Vecchio non deue beuer vino bianco, & potente, ma rosso, & potente. 291
Vecchio deue lassar li cibi lenti, & grossi. 292
Vecchio sente danno se sta sempre in quiete, & qual danno. 295
Vecchio se non può dormire, come ha da fare. 295
Vecchio deue star in piedi più, che sedere. 296
Vecchio senza dẽti qual vino ha da beuere. 296
Vecchio tardi si fa quello che spesso mangia. 316
Vecchi lassino il sale, & li salumi. 292. 349
Vecchi quando deuono vsare il coito, & quando nò. 341
Vecchio come s'ha da fortificare. 354
Vecchio quando non ha da far euacuatione. 353
Vecchio da qual cosa sente danno. 353
Vecchio perche si sente male d'estate. 353
Vecchio ciò che ha da far la primauera. 353
Venti quali regnano a Roma. 10
Venti quanto più sono alti, tanto più sono leggieri. 10
Venti, che vengono da settentrione sempre sono più sani, che gli altri. 10
Venti, che vengono da mezo giorno sono più mal sani de gli altri. 10
Venti nebulosi sono peggiori de' sereni. 11
Venti sereni quando sono cattiui, & perche. 11
Venti meridiani, & suo viaggio. 11
Vento meridiano come porta serenità, ò pioggia, ò nebbia. 11
da Venti patisce più la testa, che gli altri membri. 12
Venti meridiani danno più danno a S. Spirito, & a luoghi vicini. 13
Venti settentrionali distruggono li mali, che nascono da gli Australi. 13
Venti settentrionali si fanno di freddi caldi, & di secchi humidi, & quando. 13
Venti da Ponente, & suo effetto. 13
Vento della mattina, è più pericoloso, che la sera. 14
Venti quando spirano l'vno appresso l'altro, sue qualità. 25
Venti come si facciano mal sani, se bene sono sani. 26
Venti, che regnano a Roma, come sono buoni, & cattiui. 10
Vento, che percuote il Palazzo del Papa è secco, & non humido. 14
Veneno entra ne i membri, & in tutto il corpo. 202
Vento qual danno porti. 281
Venti, quali sono più sani. 304
Venti in qual modo danno molestia a Roma. 3
Vento quando spira quello, che ha da far l'huomo. 209
al Ventre stittico noce il vino potente. 52
Ventricolo, & intestini fatti per ritener, & non per cacciar fuori. 205
Ventricolo, come alle volte patisce, & come si cura. 249
Ventre si fa stittico col sudar, & orinar assai. 406
Ventre quante volte il giorno deue euacuarsi. 210
Ventre, & carni come s'essiccano. 250
Ventre si fa magro per l'essercitio. 307
Ventre a quali gonfia dopò pasto. 339
Ventre lubrico fa l'huomo sano, ma debile. 361
Ventre si fa lubrico co'l mangiar assai, & beuer assai, ma poco, & spesso. 361
Ventre come si mollifica. 413
Ventre quando si fa stittico, & si moue. 404
Venenosi fonghi quali sono. 136
Venenosi perche sono tutti li fonghi. 136

Veneno quando nutrisce. 232
Vene del fegato sono strette nel profondo, & larghe nell'estremo, & perche. 204
Vene nei putti, & nei vecchi sono strette. 333
Ventricolo pieno di nutrimento buono come sente danno. 93
Ventre si chiude dopò vna larga euacuatione. 409
Ventricoli, matrici, & intestini, & sue qualità. 183
Ventricoli d'vccelli, & sue buone qualità. 183
Ventre come si moua dall'aceto forte. 90
Ventre non si può mouer per li cotogni presi dopò pasto, & perche. 131
Ventricolo quando è freddo, & quando nò. 246
Ventricolo deue esser pieno dopò gl'anni sessanta tre. 275
Vẽtre si stringe per caualcare, & come. 402
Ventre si stringe dal bagno d'acqua dolce. 365. 407
Ventre come non si lubrica per il sonno. 407
Ventre come si lubrichi nel passeggiar la mattina. 401
Ventre come si moue, & come si fermi. 382
Ventre si stittica dalle cose, che prouocano l'orina, & da che si lubrichi. 365
Ventre quante volte il giorno s'ha d'euacuare. 366
Ventre troppo pieno qual danno porti. 366
Ventre come si moua dalle specie, & da quali. 391
Ventre come si fa stittico. 407
Vernotico vino. 86
Vergine acqua era la fontana di Treui. 38
Vergognose parte corrispondono con il petto. 274
Vesica del fiele come patisca. 244
Vesica del fiele, & suo sito. 331
Vesti come s' hanno da mutar d'inuerno, & di estate. 351
Viaggio longo non si deue far l'estate. 303
Vigilia fa il corpo caldo più che il sonno. 328
Vigilia s'è troppo qual danno porti. 329
Vigilar più si deue, che dormire nella pienezza di testa. 212
Vigne quando se gli vá, come sono di dãno. 269
Vigne come sono, & non sono cattiue. 301
Villa di Lucullo dou'era. 39
Villa, & suo vino. 78
Vini sono tutti caldi, & secchi. 58. 394
Vini quali mouono il ventre, & l'orina. 395
Vini dolci, & suoi rari effetti. 395
Vini neri, & austeri, & suoi effetti. 395
Vini bianchi, & suoi effetti. 396
Vini trebiani dolci, & suoi effetti. 396
Vini bianchi austeri come mouono l'orina. 397
Vini acidi noui, & vecchi, & sue qualità. 397
Vino ha non sò che del grosso, & perche. 58
Vino qual danno porti. 258
Vini, & cibi portati di fuori sono, come se fossero nati a Roma. 57
Vini come si diuidono. 58
Vino è caldo, & perche. 58
Vino indura il cibo nel ventricolo. 58. 59
Vino è più vtile dell'acqua, & perche. 59
Vino è buono quando si mangia poco. 59
Vino potente a quali noce. 59
Vino d'ogni sorte prouoca l'orina, & come. 60
Vino nello stomaço si conuerte in aceto, & come. 60
Vino fatto acido prouoca l'orina, & come. 60
Vino dolce è di danno alle vlcere interiori. 60
Vino in noi si muta in vna cosa acida, ò acre. 60
Vino ristora manco li spiriti, che l'aceto. 61
Vino troppo acre, & troppo acido noce

TAVOLA

alli nerui, & in qual modo. 61
Vino noce alli putti, & alle Donne, & come. 61
Vino come causi dolor di capo. 62
Vino dolce, & mosto non hanno odore. 63
Vino dolce, come può, & non può embriacare. 63
Vino dolce qual danno, & vtil porti. 63
Vino acerbo qual vtil porti. 64
Vino molto vecchio noce a nerui, & a sensi. 64
Vino nouo, & grosso quali danni porta. 64
Vino preso con misura qual vtil porta. 65
Vino beuuto troppo qual danno porta. 65
Vino migliore è sempre nel mezo della botte. 65
Vino, & sue facoltà come si determini. 65
vino qual danno porta beuuto senza mangiare. 65
Vino beuuto a digiuno quando gioua. 66
Vino Romanesco, come si faccia, & si conserni. 66. 67
Vino Romanesco si conserua sotto i porti ci. 66
Vino Romanesco come si fa più chiaro, & più durabile. 67
Vino Romanesco nato nelli colli è sottile, & chiaro. 67
Vino Romanesco come sia migliore, & come meglio si conserui. 67
Vino Romanesco di qual odor sia. 67
Vino Romanesco perche spesso suaniſſe. 68
Vino Romanesco perche è tanto cattiuo. 67
Vino Romanesco, quando è buono, come li vini forastieri. 68
Vino Romanesco, & spesso rimutato, perche dura più lungo tempo. 68
Vino Romanesco come si fa dolce, & suaue. 68
Vino Romanesco come fa dolor di testa. 68
Vino Romanesco come è facile a patir muffa. 68
Vino Romanesco come si fa acido, dolce, & chiaro. 68
Vino Romanesco come si fa torbido nel corromperſi. 68. 69
Vino Romanesco poiche è corrotto, non si può più conuertir in aceto. 69
Vino Romanesco come si conserui. 69
Vino Romanesco, & sue buone qualità. 70
Vino di Tacchie, & sue qualità. 70
Vino di Tacchie perche è di poca durata. 71
Vino di Tacchie perche si fa marcio. 71
Vino di Tacchie, come si può far migliore, & manco nociuo. 71
Vini conci, cosi chiamati come si facciano. 71
Vino Raspato si fa in dui modi. 71
Vino piccante perche punge la lingua. 72
Vino Raspato in qual modo è suaue. 72
Vino della Riccia come sia. 77
Vino della Riccia anticamente era molto austero. 77
Vino di Castel Candolfo come sia. 77
Vino di Marino, come sia. 77
Vino di Frascati 77
Vino Albano sua natura, & bontà. 77
Vino Greco di somma doue nasce. 80
Vino piccante perche è mordente. 73
Vino piccante come punge. 73
Vino piccante come salisca in alto. 73
Vino Raspato, perche è sano se è fresco, & perche è mal sano se è vecchio. 73
Vino acquato è di varie sorti, & come. 74
Vini vicini a Roma sono ò crudi, ò cotti. 74. 75
Vini conci, & quali sono crudi, & cotti. 75
Vini doue sono crudi, & cotti. 75
Vini di Velletri, & la loro natura. 75
Vini di Velletri, a quali sono vtili, & di danno. 75
Vini di Cora, di Cani, di Rocca di Papa, di Zagarola, di S. Vito, & di Nettunno come siano. 75
Vino di Terracina come sia. 75
Vino di Albano come sia, & sua bontà. 76

Vino

Vino che porta poca acqua, come fosse anticamente, come hora non si troua, & come si possa fare. 76
Vino della Riccia, come sia austero. 77
Vino della Ruffina, della Villa di Cesano, dell'Anguillara, di Bracciano, di Pisciarello, di Monterano, dalla Tolfa, di Ceruetо, di Caprarola, di Canepino, di Valerano, come siano. 78
nel Vino quâdo s'ha da metter l'acqua. 76
Vino della Riccia, come sia differente da quello di Albano. 77
Vino di Nemi, & di Genezano. 79
Vino di Giuliano, d'Anagni, di Valmontone, di Palestrina, & Palombara. 79
Vini Calabresi, Siciliani, Genoesi, Francesi. 79
Vini Greci di quante sorti sono. 79
Vini di quante sorti nascono in terra di lauoro. 80
Vini Calabresi, & loro nomi. 80
Vini di Sicilia, & loro nomi. 80
Vini di Corsica, & loro nomi. 80
Vini della Riuiera di Genoa, & loro nomi. 80
Vino Greco di somma è potente come è quello di Velletri. 81
Vino Greco di somma a quali conuenga, & sue qualità. 81
Vino Greco di somma quale danno fa, & a quali gioua. 81
Vino Greco di somma a quali gioua. 81
Vino Greco di somma, se è il Greco de gli antichi. 81
Vino Greco de gli antichi era di due sorti. 82
Vino Greco de gli antichi doue nasceua. 82
Vino Greco, di Resina, di S. Anastasio, di Ottauiano, di Torre, & di Pausilippo. 84
Vino Greco d'Ischia, & sue qualità. 85
Vino Latino, & sue qualità. 80. 85
Vino Lacrima Aglianico, Mazzacane, S. Seuerino, & sue qualità. 85
Vino Mazzacane perche causi dolor di testa. 85
Vino S. Seuerino, Magnáguerra, Asprino Vernotico, Pausilippo, di Salerno, Acropoli, laposo, Castel Abatio, Montemauro, Acciaiolo, lignonio, Policano, & sue qualità. 86
Vino Pesciotto, Centola, S. Giouanni, scalea, osso Martio, Chiarello, Mauro, Grisolo, & Abbate Marco, Beluedere, Paula, falsamico, & sue qualità. 87
Vino Vernacia, & doue si faccia. 88
Vino di Tropea, di Carinola, & vino detto Siciliano, Pietra neta, Centurio, Capocorso, Branno, Elba, cinque terre, & Razzeso, & sue qualità. 88
Vino Apiano, cioè Hippocrasso, Moscatello, & di Tagia, & sue qualità. 89
Vino di Port'Ercole, & Franceſe, & sue qualità. 89
Vino se si ha da beuer dopò li fichi, ò acqua. 125
Vino se s'ha da beuer dopò li meloni, & perche. 128
Vino perche sà buono dopò li meloni. 128
Vino perche non piace dopò l'insalata. 129
Vino potente, & puro qual virtù ha. 223
Vino qual si deue dare a deboli. 230
Vino Romanesco, carne di porco, & vua quando si hanno da lassare. 269
Vini si conuertono facilmente in terra. 286
Vino, che non sà buono ciò che pronostichi. 288
Vini di varie sorti, perche non s'hanno da beuere. 288
Vino è più vil al vecchio, che l'acqua. 288
Vino ferma il cibo nel stomaco, & ciò che ne segue. 288
Vino perche gioui più al vecchio, che al giouine. 288
Vino quando è, & non è buono. 301
Vino piccolo si deue beuer a Roma. 320
Vino quando mutar si deue di rosso in bianco. 321
Vino puro, come gioua alla tristezza. 258. 347
Vino puro, s'ha da beuer quando pioue. 349
Vino quando si può rifrescar. 269. 354
Vini potenti, & chiari generano pietre. 201
Vino, & calor del sole possono empir la testa. 203

Vino non s'ha da beuer dopò li cibi solidi,& perche. 216
Vino quando s'ha lassar,& non lassar. 217. 218
Vino puro,& grande,& suo effetto. 223
Vino quando s'ha da dar, & da leuar nella pienezza. 242. 243
Vino puro ristora li trauagli dell'animo. 258
Vino con neue quando s'ha da beuer. 269
Vini potenti quando s' hanno da beuere l'estate. 269
Vino come s' ha da beuer dal vecchio. 287
Vino bianco, & potente è cattiuo a i vecchi. 291
Vino rosso,& potente è sano a i vecchi, & a quali è mal sano. 291
Vino molto freddo è cattiuo a i vecchi. 292
Vino perche deue esser più adacquato al pranso, che alla cena. 355
Vino non deue essere nè puro, nè vecchio per lubricar il ventre. 361
Virtuoso non deue stimar le calumnie. 2
Virtù del succo del limone grande. 134
Virtù de gl'incanti quanto poco vaglia. 223
Virtù debile nei vecchi, quando si fa più debile. 265
Vista corta si sana dal caulo. 96
Vite fugge il caulo. 96
Vita de gli huomini nell'indie quanto duri. 275
Vita non può esser longa a quello,che spesso vomita. 217
Vita si fa breue per li cibi deboli. 318
Vita come si slonghi. 275. 316
Vita è corta a quelli,che mangiano,è beuono poco. 339
Vitella mongana, & sue buone qualità. 170
Vitello,& sua carne. 373
Viuer copioso empie tutt'il capo, & come. 202
Viuer come si può longo tempo. 273
Vlcere della bocca, onde si fanno, & curano. 338
Vlcere,& pustule, onde nascano, & come si curino. 148. 311
Vlcere, & vessiche per mangiar pesci lenti. 148
Volpe,& sue qualità. 174
Volpe quando è manco cattiua. 174
Voltarsi deue l'huomo la mattina sul lato dritto,& perche. 328
Vomito noce per lubricar il ventre. 404
Vomito si ha da fuggir nella pienezza di testa. 211
Vomito non è buono dopò li cibi solidi, & perche. 216
Vomito sforzato quanto danno porti. 216
Vomito a quali, & quando è vtile. 216. 250
Vomito spesso fa la vita corta, & guasta la sanità. 217
Vomito come si prouochi. 246
Vomito non s'ha da impedir nelle grauide,& quando. 259
Vomito di due volte il mese non è buono, & quando è buono. 289
Vomitar quando si può. 216. 250. 355
Vomito come porti danno. 355
Vsanza quando s'ha da seguitar da i vecchi. 265
Vtil della pioggia dopò l'estate,& l'Autono molto caldi. 15
Vtil che seguita, quando d'estate pioue. 24
Vtil del vino beuuto a digiuno. 66
Vtil che segue dal Greco di somma. 81
Vtil che si caua dall'herbe, che si mangiano. 93. 94
Vtil che si caua dall'insalata la sera. 94
Vtil,& danno che porta il porro. 114
Vtil, & danno che porta il Rafano. 115
Vtil, che nasce dal mangiar pochi frutti. 120
Vtil,che porta la Cipolla cotta. 114
Vtil che portano le Cirase. 122
Vtile,& danno che portano le fraghe. 123
Vtil che portano le Brugne. 125
Vtil che porta la Zucca. 126
Vtile, & danno che porta il Cocomero. 127
Vtile che porta l'anguria. 127
Vtil che porta l'vua appiccata. 129
Vtil che porta la polpa, & scorza del cedro. 134

Vtile, & danno che portano le giugiole. 135
Vtile, che porta il seme del ginepro. 135
Vtile, & danno che portano le carobe. 135
Vtile che porta il pane. 144.145.146.147
Vtil che porta il carcioffo. 135
Vtil che porta la noce condita. 137
Vtil che portano li pignoli, & pistacchi. 138
Vtil, & danno che porta il coriandro. 138
Vtil, & danno che portano li ceci. 140
Vtil che porta la lenticchia. 141
Vtil che segue dalla parte lenta nei pesci. 147
Vtil che porta la carne della gallina. 175
Vtil che porta la carne di pollastro. 175
Vtil che seguita dall' humidità de' cibi. 175
Vtil che portano li Colombi. 176
Vtil che sente il vecchio dall'essercitio. 278
Vtil è il riposo solamente, quando si dorme. 314
Vua Taminia che cosa sia. 117
Vua matura qual danno porti. 129
Vua appiccata qual vtil porti. 129
Vua pergolesa, & sue qualità. 129
Vua passa bianca, & sue qualità. 129
Vua spina non fù conosciuta anticamente. 129
Vua, carne di porco, & vino Romanesco, quando se hanno da lassar. 269
Vua fresca riscalda, & come. 387
Vua moue il ventre, & come. 387
Vua spina, & sue qualità. 387
Vua passa acerba. 387
Vua acerba stringe, ma non cotta. 387

Z

ZAffrano come rallegra, & com'è pericoloso. 393
Zaffrano perche si piglia in poca quantità. 393
Zaffrano, & sue qualità. 193. 393
Zagarolo, & suo vino. 75
Zenzero si tarla facilmente. 195
Zenzero a quali membri gioui. 195
Zenzero come moue l'orina, & il corpo. 195. 391
Zucca, & sua qualità. 126
Zucche marine, & sue qualità. 126
Zucca rifresca humetta, & lubrica. 387
Zucca come si conci per far insalata. 387
Zuccaro, & sue qualità. 199. 389
Zuccaro vecchio è miglior del fresco. 189
Zuccato come rifresca. 189
Zuccaro abrusciato, & posto in perfumo a quali gioua. 189
Zuccaro come gioui a dolori colici. 189
Zuccaro, & sue qualità. 189. 399
Zuccaro perche è più difficil da cuocer, che il mele. 399
Zuccaro perche gonfia, & satolla. 399
Zuccaro il danno, & vtil che porta. 399
Zuccaro preso dopò pasto gioua a quelli c' hanno mangiato assai. 400

IL FINE.

REGISTRO.

** A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X Y Z,
Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Kk Ll Mm Nn
Oo Pp Qq Rr Sſ Tt Vu Xx Yy Zz,
Aaa Bbb Ccc Ddd Eee Fff Ggg Hhh
Iii Kkk Lll.

Tutti ſono Duerni, eccetto **, il quale e Terno.

CORRETTIONE DE GLI ERRORI.

Pagina. 13. linea 33. ſputi frutti p.17.l. 26. rata ſtata p. 22. l. 29. caderanno accaderanno p. 55. l. 14. incontrario in continuo p. 74. l. 25. accidentemente accidentalmente p 77. l. 31. c'accoſta s'accoſta margine 9. p.95. Il In p 96. l.19. preſto preſo p.112.l 3. ſi fa quelli ſi fa con quelli p. 132. l. 10. & troppo ſi attacca & troppo, s'attacca p.144.l.35. ui ſia ui ſia p.216. l.35. priuati, acuti, p.222.l.11. n'eſſe n'eſce p.223. marg.7. Mitidrato Mitridato p.228. marg 6. odori ſi deue laſſarlo fora p.230. l.6. o tremmati, ò tremanti, p.235.l.1. diue deue p.242.l.30. ſpadagliare sbadagliare p.249.l.12. grand'errori grand'errore p 276. l.10. che nutrimento che il nutrimento p.276.l.30. muono muouono p.279. marg.2. prouoca proua p.300. marg.6. ne con il ſole. con'il ſole. p.316. marg.8. s'auuecchiano, s'inuecchiano, p.318.l.4. pur che perche p. 323. marg. 2. che ſa l'oglio che fa l'oglio p 333. marg.10. ſogni ſegni p. 340. l.37. & percio laſſarlo fora. p.364. l 28. ſi liqueſa ſi liqueſa 400. l.6. di teſti; acoſi di teſta, coſi p.407. l. 12. capo corpo p.411. marg. 1. non ſi fa non ſi ſa marg.3. queſte quelle

Digitized by Google

Digitized by Google